الحياة الناجحة

تأليف

أوستاس تشيسر

ترجمة

وليم الميري

مراجعة

د. مصطفى فهمي

الكتاب: الحياة الناجحة

الكاتب: أوستاس تشيسر

ترجمة : وليم الميري

مراجعة : د. مصطفى فهمي

الطبعة: ٢٠٢٠

الناشر: وكالة الصحافة العربية (ناشرون)

٥ ش عبد المنعم سالم – الوحدة العربية – مدكور- الهرم – الجيزة

جمهورية مصر العربية

هاتف : ٣٥٨٢٥٢٩٣ _ ٣٥٨٦٧٥٧٦ _ ٣٥٨٦٧٥٧٥

فاكس : ٣٥٨٧٨٣٧٣

E-mail: news@apatop.comhttp://www.apatop.com

دار الكتب المصرية

فهرسة أثناء النشر

تشيسر ، أوستاس

الحياة الناجحة / أوستاس تشيسر ، ترجمة : وليم الميري، مراجعة : د. مصطفى فهمي – الجيزة – وكالة الصحافة العربية.

٢١٧ ص، ١٨*٢١ سم.

الترقيم الدولى: ٩٧٨ – ٩٧٧ – ٦٧٧٤ – ٨٩ – ٦

أ – العنوان   رقم الإيداع : ٥١٧٨ / ٢٠٢٠

الحياة الناجحة

وكالة الصحافة العربية
«ناشرون»

المؤلف

الدكتور أوستاس تشيسر مؤلف هذا الكتاب اشتغل بالطب والعلاج النفساني في لندن، وحاضر كثيراً في موضوعات نفسية، وفي موضوعات شتى عن الزواج.

ولد الدكتور تشيسر في أدنبره، وتلقى تعليمه فيها. وبدأ في مزاولة مهنة الطب في شمال انجلترا. ثم جاء إلى لندن حيث اشترك في تأسيس "جمعية التربية والإرشاد الجنسي".

وقد ألف طائفة من الكتب في الموضوعات النفسية والاجتماعية؛ وكتبه هي:

"الحب من غير خوف" Love without Fear.

"الزواج والحرية" Marriage and Freedom.

"الطفل غير المرغوب فيه" Unwanted Child.

"اختيار الأطفال" Children by Choice.

"السلوك الجنسي: السوي والشاذ" Sexual Behaviour.

"أكبر وأحيا" Grow up and Live.

كما اشترك في تأليف كتاب:

"ممارسة التربية الجنسية" The Practice of Sex Education.

وهو كتاب موجه إلى الآباء والمعلمين. واشترك مع أوليف هوكس Olive Hawks في تأليف كتاب: "الحياة ممتدة أمامنا" Life Lies Ahead وقد نشر كثير من كتبه في الولايات المتحدة وبعض البلدان الأوربية حيث لاقت رواجاً كبيراً.

مقدمة

"الحياة الناجحة" كتاب موجه إلى أولئك الذين يقفون على عتبة الحياة العملية، ويحتاجون إلى من يرشدهم في حياتهم الجديدة، وفي علاقاتهم مع غيرهم من الناس. وهو موجه أيضاً إلى الذين هم في غمرة الحياة العملية وقد صدمتهم حقائق تلك الحياة ويحتاجون إلى نصائح أخصائي نفساني مجرب لمواجهة مشاكل حياتهم العملية والاجتماعية.

ويتألف الكتاب من جزئين رئيسيين: الجزء الأول بعنوان "مبادئ الحياة وبداية معرفة النفس"، ويقع هذا الجزء في ستة فصول عناوينها على التوالي هي:

١- تنظيم حياتك من جديد.

٢- أساس القناعة.

٣- طبيعتك ذات الجوانب الثلاثة.

٤- هل أنت في انسجام مع جسمك؟

٥- هل أنت في انسجام مع عقلك؟

٦- هل أنت في انسجام مع روحك؟

وظاهر من عناوين تلك الفصول أن المؤلف يتبع طريقة السؤال والجواب. وتتسم إجاباته عن الأسئلة بالواقعية والروح العملية. فإذا كان ينقصك حب الناس لك فلأنك لم تحاول أن تحب الناس، ولم تداوم على منح الناس الحب ولو قوبلت في أول الأمر بالصد والجحود. وإذا كنت مفتقراً إلى الأصدقاء فلأنك لم تظهر صداقة للآخرين، واهتماماً بمشاعرهم. والمؤلف طبيب نفساني ولكنه لا يتحيز للطب النفسي، وهو ضد الخرافة القائلة بأن الطب النفسي يفعل المستحيل، فلابد من التعاون الكامل بين الطبيب النفساني والمريض. وهو لا يقدم نصائح ذهبية للنجاح كما يحلو لبعض الكتاب أن يفعل، فالنجاح– عنده– يتوقف أولا وقبل كل شيء على الفرد، والفرد وحده. ويقول المؤلف: "والخلاصة أن على الفرد وحده أن يقرر هل سينجح في حياته أم يفشل".

ومن المسائل التي يعالجها المؤلف في الجزء الأول بطريقة واقعية مسألة حرية الإرادة. وهي– كما هو معلوم– مشكلة فلسفية لم يتفق الفلاسفة على حل لها حتى اليوم ولن يتفقوا. وهي مشكلة تتصل بمشكلة النجاح في الحياة اتصالا وثيقا. ولم يشأ المؤلف أن يخوض في جدل فلسفي عقيم حول هذه المشكلة ولكنه قال فيها الرأي الذي يتفق مع طابعه الواقعي من ناحية، ويتفق مع تأكيده لدور الفرد في النجاح من ناحية أخرى. قال المؤلف: "إن الإنسان هو في الحقيقة الميدان الذي يلتقي فيها الجبر وحرية الإرادة. وهو المخلوق الوحيد الذي يملك حرية الإرادة".

ويعالج المؤلف في هذا الجزء أيضا التوازن المطلوب بين الجسم والعقل والروح على أساس أن الإنسان جسم وعقل وروح لا باعتبارها أجزاء

منفصلة، ولكن باعتبارها أجزاء من جسم أكبر وعقل أكبر، وروح أكبر؛ هو جسم الجنس البشري وعقله وروحه.

هذا عن الجزء الأول من الكتاب، أما الجزء الثاني فهو بعنوان "الإفادة من معرفة النفس في سلوك الحياة اليومي". وفيه تطبيق لما سبق الوصول إليه من مبادئ معرفة النفس في الجزء الأول. ويقع الجزء الثاني في ثمانية فصول عناوينها على التوالي هي:

٧- كيف تحاول قياس شخصيتك.

٨- خلاصة قياس شخصيتك (١).

٩- خلاصة قياس شخصيتك (٢).

١٠- خلاصة قياس شخصيتك (٣).

١١- خلاصة قياس شخصيك (٤).

١٢- خلاصة قياس شخصيتك (٥).

١٣- خلاصة قياس شخصيتك (٦).

١٤- الهدف المعقول.

وواضح من عناوين تلك الفصول أنا لمؤلف يريد من القارئ أن يختبر شخصيته على ضوء ما تقدم في الجزء الأول. وبالاستعانة بأسئلة تنصب على بعض العيوب التي تعوق الفرد عن تحقيق النجاح. فهو يسأل- مثلا-

إذا ساءت الأمور هل أميل إلى إلقاء اللوم على الآخرين؟ هل أنا سخي في مدح الآخرين– سخائي في نقدهم؟ هل أستطيع التحقق من حدود طاقتي وأن أمضي في ثبات مستخدماً مواهبي الشخصية؟ وهو يقدم الأجوبة المختلفة لهذه الأسئلة ويناقشها ويختتم كل فصل بخلاصة عملية مفيدة فيقول في نهاية الفصل الثامن: وليس من العدل أن يعاني الآخرون بسبب حالتك العقلية أو الصحية. وتظلم نفسك عندما تظهرها للآخرين على ضوء غير كاف". وفي نهاية الفصل التاسع يقول: "ابحث عن علة أخطائك المتكررة– واستعن بقوة إرادتك لإصلاح ما تشكو منه. ذلك هو المقصود من الإفادة من التجربة".

ويعالج المؤلف في الفصل الثاني عشر في الجزء الثاني المشكلة الجنسية على أساس واقعي. من دلائل واقعيته قوله إن المرأة والرجل متساويان وإن كانا مختلفين. وقوله إن الجنس ليس أمراً ينبغي أن يخجل منه المرء أو يتجاهله، ولكن يجب اعتباره أساس بهجة الإنسان ونموه بالنسبة إلى الفرد وإلى الجماعة على السواء. وقوله عن الزواج. نحتاج أن يستقر في الأذهان أن المثل الأعلى في الزواج هو أن يكون غاية ووسيلة معا. أما في الفصل الأخير من الجزء الثاني فيحدد المؤلف الأهداف المعقولة في الحياة الشخصية والحياة العملية. والحياة الاجتماعية.

وفي الملحق يعالج المؤلف طائفة من مشاكل العصر الحاضر– كمشكلة المساواة والحرية، والمثل المتغيرة، والصراع بين الطبقات والحرب.

وخلاصة القول أن من يقرأ هذا الكتاب يستطيع أن يحل مشاكله النفسية على ضوء الخبرات التي ذكرها المؤلف في فصول الكتاب المختلفة حلا موفقاً ييسر له سبل (الحياة الناجحة)،

مصطفى فهمي

القاهرة في ١٩٦٥/٣/١٢

الجزء الأول

مبادئ الحياة وبداية معرفة النفس

الفصل الأول

تنظيم حياتك من جديد

ماذا تفعل إن أردت أن تبني بيتا، أو أن تسلك سبيل عمل جديد، أو أن تقوم بمشروع ما؟ إنك– ولا شك– تقدر إمكانياتك أولا ثم تضع خططك، خططا حقيقية يمكن أن تراها على الورق. ثم ترسي الأساس قبل أن تشرع في البناء.

إن تنظيم الحياة أشبه ما يكون بتنظيم أي عمل آخر. وإن كنا لا نفطن إلى ذلك في كثير من الأحيان إلا بعد أن نظل نتخبط عدداً من السنوات ليس بالقليل. فإذا ما فطنا وجدنا أن الوقت قد حان لكي نقدر إمكانياتنا ونرسم خططنا، ونرسي الأساس ثم نشرع في البناء متحملين فيه الجهد العظيم.

وإمكانياتك تشمل قواك العقلية والبدنية وما استطعت حتى الآن أن تدخله عليها من تنمية أو تعديل. كما تشمل الجانب الوراثي والمكتسب من شخصيتك، وما استطعت أن تدخله عليهما من تعديل وتغيير، مضافاً إلى ذلك الظروف المادية التي تحيا وتعمل فيها في الوقت الحاضر.

وعليك أن تضع لنفسك نوعين من الخطط: خطط طويلة الأمد وخطط قصيرة الأمد. أما الأولى فتشمل الهدف الذي ترغب في تحقيقه

في مدى عشر سنين أو خمس عشر سنة. على حين تشمل الثانية الهدف القريب الذي ترجو أن تبلغه في خلال السنوات القلائل المقبلة. وكلاهما ينبغي أن يختارا على أساس قدراته الراهنة، أو على أساس يعلو قليلا عن مستوى إمكانياتك، وذلك لكي يحفزك على بذل الجهد، وتقديرك لإمكانياتك الراهنة ويدفعك إلى بلوغ درجة أرقى.

ثم ماذا عن الأساس؟ أن إعداد الأساس يحتاج إلى تقدير إمكانياتك تقديراً صحيحاً حتى لا تبني على أساس فاسد. ويحدث أن يتوقف الناس عند مرحلة ما لا يتجاوزونها إلى مرحلة أخرى لعيب في خلقهم، أو لنقص في إعدادهم لا لأن المال يعوزهم أو لأن الفرصة لم تمنح لهم. والحقيقة أن ما يعيب أكثرنا في حياتنا الخاصة أو في عملنا هو كسلنا الذي يمنعنا من بذل المجهود في بعض التفاصيل الدقيقة ذات الأهمية الكبيرة.

والآن لنخرج عن جمودنا بالبحث الصريح عمن نكون، وماذا نكون، وأين نكون.

من نكون؟

يشعر كل منا بذاتيته شعوراً محدداً على نحو ما يبدو كأنه معجزة. قد تجيب– في بداهة– أنك لن تكون غيرك. ولكن أليس من العجيب أن يكون كل واحد من ملايين الملايين الذين عاشوا خلال العصور الغابرة كانت له ذاتيته المنفصلة المختلفة عن الآخرين؟

بنى كل منا– من الناحية الفيزيقية الجسمية– على نمط واحد– وتشترك شخصية كل منا في الغرائز والرغبات والدوافع الأولية. والعجيب هو هذا التنوع اللانهائي الذي يتميز به جنسنا البشري، ولكنه من الأمور العجيبة التي لا نكاد نحس بغرابتها أو نفكر في مناقشتها. لكنه من الواضح أن كلا منا لابد وأن يتميز ويختلف عن غيره، وإن كان يرتبط به ويشبه في نفس الوقت. وأن طبيعتنا لتجدد بما يحدث من تفاعل بين جانبين أحدهما الجانب الوراثي بقسميه البدني والعقلي، وثانيهما ما يكتسبه الفرد بخبرته الفردية الخاصة.

وفي حالة الإخوة الأشقاء تخضع الظروف التي أحاطت بحملهم وولادتهم ونشأتهم تخضع لمؤثرات مختلفة فيختلفون في النمو. وهذا ما نراه كل يوم في الاختلاف بين الأطفال الذين ينسبون إلى أب واحد وأم واحدة.

"فالانا" فيك هي فردية وعامة في وقت واحد، ولك الحق كل الحق في أن تفخر بفرديتك، وعليك أن تخضع لفردية الآخرين. وهنا نواجه مثلا على مبدأ الثنائية الذي يوجد في كل ناحية من نواحي الحياة. أنك ورثت بعض السمات والميول؛ وهذه السمات والميول قد تعدلت أثناء نموها بتأثير الظروف، أو بتأثير إرادتك وذكائك في بعض الأحيان.

فمثلا– قد يرث شخص مزاجاً انفراديا وسوداويا، ذلك بأن ينشأ في ملجأ أو مؤسسة يسودها الأسى والوجوم، ويحرم فيها من الحب؛ فيقوى عنده هذا المزاج إلى حد يؤثر في مجرى حياته كلها. أما إذا نشأ

في مكان يفيض بالفرح والمرح وينعم بالحب فإن التراث يتبدل عندئذ ويصل هذا الشخص إلى شخصية متوازنة.

وحتى في الظروف غير الملائمة قد تتم عملية العويض في مستوى لا شعوري. فالوراثة الفاسدة، والبيئة الفاسدة يتغلب عليهما بحركة غريزية إلى الاتجاه المضاد، كما تنمو الزهرة متجهة إلى الشمس. ويحتمل كثيراً أن الشخص الذي ابتلى بعيب أو عاهة معوقة، إذا منح هذا الشخص ذكاءاً موفوراً فإنه يكتشف بنفسه أن بعض مظاهر شخصيته تحول بينه وبين أن يكون شخصاً ناجحا. وإذا كان له من قوة الإرادة ما يمكنه من تنفيذ ما اكتشفه بذكائه أمكنة أن يغير بمجهوده الخاص آثار وراثته وبيئته معاً.

وهكذا نصل إلى ثنائية أخرى، ثنائية حرية الإرادة والجبر، وهما مبدآن جرى العرف على اعتبارهما متضادين.

ويؤيد المفكرون المتدينون والمتصوفون مبدأ حرية الإرادة ذاهبين إلى أن كل فرد مسئول عن أفعاله مسئولية كاملة. ويقف في الجهة المقابلة الماديون الذين يقررون أن أفعال الفرد بل وأفكاره نفسها التي تؤدي إلى هذه الأفعال إنما تحددها الأفعال المنعكسة الآلية.

وقد قيل إن حرية الإرادة بديهية ضرورية من بديهيات الأخلاق وأن الجبر بديهية ضرورية من بديهيات العلم. فمن الواضح أنه لا يمكن قيام أي مذهب أخلاقي ما لم يكن الفرد مسئولا مسئولية أخلاقية مطلقة عن

أفعاله. كما لا يمكن قيام أي مذهب علمي إلا على أساس قانون العلة والمعلول؛ ومع ذلك فإني أرى أن ثمت ميدان يلتقي فيه هذان المبدءان اللذان يبدوان متعارضين وهذا الميدان هو النفس البشرية.

ونحن إذا استثنينا الأمراض التي تلم بالجسم والعقل، وجدنا أن هناك حداً تتغلب ضده الإرادة الحرة على الوراثة والبيئة في تحديد نمو الفرد، وأن هذا الحد ليتعين موضعه بحسب ظروف الشخص. وكذلك بمبلغ قدرة الفرد على أن يصل في غده إلى هذا الحد إذا هما يتوقفان– إلى حد كبير– على مدى إخلاصنا وعزمنا على محاولتنا رؤية أنفسنا والحكم عليها.

إذن فعليك حين تقرر "من تكون أن تدخل في حسابك ما زودتك به وراثتك من قدرات".

وعليك ثانياً– أن تدخل في حسابك بيئتك الأولى، وظروفك الحالية وآثارهما التي قد تكون عملت على دعم وراثتك أو على تغييرها.

وعليك ثالثاً– أن تستبين في صراحة وفي غير تحيز ما إذا كانت الوراثة والبيئة قد عملا على تكوين شخص بلغ من الكفاية أقصى حد ممكن. وأن هذا لهو أصعب عمل يضطلع به الفرد.

ماذا تكون؟

إن الغريزة الأساسية فينا هي غريزة حب الذات، وبتأثيرها يحس كل منها أنه مركز العالم. ولو أننا نعلم بعقولنا أن هذا غير صحيح.

وقد يحدث أحياناً أن تعمل التربية الفاسدة على دعم هذا الميل الفطري في نفوس بعض الأطفال نحو الأنانية والتمركز حول الذات، فإذا ما علمتهم الظروف ذلك الدرس القاسي جاز أن يعانوا من مرارة التجربة أو أن تفسد أخلاقهم، ويتأصل الشعور الغريزي ولا يستفيدون من التجربة أولا تؤثر فيهم إلا تأثيراً سطحيا؛ ولذلك فإن من الأفضل أن يقضي الفرد فترة طفولته عضواً في أسرة سوية.

ومن البديهي أننا عندما نحب شخصاً حباً حقيقياً فإننا نميل إلى تقديم مصلحته على مصلحتنا مهما كنا قساة القلوب. ومع ذلك فقد يحدث هذا– في كثير من الحالات– لأننا ندمج ذاتيتنا في ذاتية المحبوب، فنحن لا نتخلى عن أنانيتنا، ولكننا وسعنا مداها؛ حتى شملت ما نملكه. ثم إنه لما يبعث على الفخر والضعة معاً أن ندرك على التحقيق– ماذا نحن؟ بالضبط كما يدفعنا إلى ذلك إدراكنا من نحن؟ فكل منا كائن بشري– وهذه الحقيقة نفسها هي مصدر فخرنا ومصدر تواضعنا.

لقد مرت بتاريخ العالم أزمان اعتقد فيها الجنس البشري أنه شبيه بالآلهة بمعنى أن كل ما عداه إنما خلق لمنفعته ومتعته– فكان الناس

يفسرون العبارة التي تقول إن الله خلق الإنسان "على صورته" تفسيراً سطحيا يرفع من قدرهم. ولكن إذا حسبناها بحساب الزمان الذي هو حاضر الإنسان وماضيه، بدت لنا ضئيلة حقيرة، على حين أنها قابلة مع ذلك لأن تزداد في المقدار والقيمة.

وقد أتى على الإنسان حين من الدهر، وخاصة في الأجيال الحديثة أحس فيه بعظم الخليقة فشبه نفسه بالنمل أو بمستعمرة من الحشرات لا قيمة لأفعالها بالنسبة إلى المكان والزمان. ومرة أخرى نقول على التأكيد إنما الحقيقة دائما حقيقة ثنائية.

ويبدو الإنسان قزما ضئيلا إذا ما قيس بالزمان والمكان اللذين لا يعرفان حدوداً. ويسهل علينا أن نلتمس الأعذار لأخطائنا وحماقاتنا ولا نتعظ من مآسينا بحجة أن ما يحدث للإنسان الآن سيحدث له بعد مائة سنة كذلك. ولكن في هذا المكان وهذا الزمان اللانهائيين فإن هذه المخلوقات الصغيرة البائسة التي تسكن كوكبا صغيراً، والتي كثيراً ما ترتكب أخطاء جسيمة بعضها في حق البعض، وفي حق المخلوقات الأخرى على نفس الكوكب، نقول إن هذه المخلوقات قد زودت وحدها– على قدر علمنا– بقبس من الذكاء الآلهي.

إننا إذا تأملنا هذه الأفلاك بكواكبها ونجومها أخذتنا منها الرهبة والخشوع، ولكن هذه النجوم والكواكب– أعجز من أن تشعر نحونا بالازدراء. وكذلك قد يزري هذا الزمان اللامتناهي بحيواتنا القصيرة، التي تكاد أن تكون في قصر عمر فراشة الصيف بالنسبة له ولكن الزمن نفسه

أصم أبكم أعمى لأننا نستطيع أن نخلف للأجيال البعيدة المقبلة سجلا بخبراتنا وأفكارنا على حين أنه لا يستطيع ذلك.

فلعل ذلك هو سر اختلافنا عما عدانا مما نعرف من الموجودات: أننا في الحقيقة الميدان الذي يلتقي فيه الجبر وحرية الإرادة. وفي آخر سلسلة العلية جاء المخلوق الذي يملك حرية الاختيار. ولعل قصة آدم وحواء ترمز إلى هذا الاكتشاف، أو لعلها ترمز إلى المرة الأولى التي أدرك فيها الإنسان هذه الحقيقة ولو بطريقة لا شعورية.

وهكذا يحق لنا مرة أخرى أن نفخر وأن نتواضع عندما نتبين ماذا نكون وعلينا حين نتواضع أن نكون في أنفسنا إدراكا سليما للأمور ولقيمتها بعضها بالنسبة إلى بعض بحيث لا نسلك على أساس الاعتقاد بأن ما يحدث لنا هو المهم كل الأهمية، كما أنه يحدث لنا هام كل الأهمية. ولكن في فخرنا يمكننا أن نعتقد أن ماذا نكون من حقنا– حين يزدهينا الغرور أن نؤمن بأن لنا دلالة عظيمة من جهة ماذا نكون وماذا نفعل.

أين تكون؟

الطريقة التي تبدأ بها تنظيم حياتك الناجحة، تتوقف إلى حد بعيد على معرفتك أين تقف في الوقت الحاضر من الوجهة المادية والروحية. قد تكون غنيا بما ورثت أو بما كسبت. وقد تكون فقيراً لأنه لم ترث شيئاً أو لأن سوء الحظ لازمك، أو لأنك أسأت الحكم أو أسأت السلوك. قد تكون قانعا راضيا، قناعة ورضى هما الغني الروحي، وهذا

يرجع إلى حد كبير إلى جهودك الخاصة. وقد لا تكون قانعا راضيا على أي نحو من الأنحاء لأي سبب من الأسباب.

وهناك حالتان متقابلتان تستطيع أن تستعين بأحدهما لتتكيف مع وضعك الراهن، أحداهما متصلة بالناحية المادية، والأخرى متصلة بالناحية الروحية وعليك أن تفكر مليا وتقرر موضعك منهما.

أما من الناحية المادية فقد تكون فقيرا، والفقر في ذاته ليس أفدح الشرور وإن كان ينجم عن الفقر الدائم الذي لا أمل في الخلاص منه شر. ولا نلام إذا ما حاولنا الهرب منه طالما لسنا قديسين.

هل في مكنتك تحسين مركزك؟ مثلا إذا كنت في عمل تستطيع فيه أن ترتقي فما السبب الذي يمنعك من الارتقاء؟ هل يرجع السبب إلى سوء اختيارك للعمل؟ أم تراه يرجع إلى اتجاهك نحو هذا العمل؟ أو اتجاهك نحو هؤلاء الذين تعمل من أجلهم وتعمل معهم؟

إذا كانت هذه هي مشكلتك سل نفسك هذه الأسئلة وأجب عنها بأمانة قبل أن تلوم الحظ، وتلوم غيرك وظلمه.

إن المال ليس هو الخير الأقصى، فالمال يجر المسئولية والقلق وفي قائمة حساب الغني جانب مثقل بالأوزار.

هل شغلت يوما بثروتك، حتى فقدت القدرة على إقناع نفسك بالمتع البسيطة وفقدت فرص تنمية العلاقات الإنسانية الشريفة وهل لم تعد تدرك أن القاعدة الأولى في الحياة هي: لا تأخذ من غير أن تعطي؟

قبل أن تتوجع لاعنا حظك العاثر لأنك من الأغنياء البائسين، أو لأنك من الفقراء غير القانعين، سل نفسك: هل نسيت أن المال لا يطلب إلا لأمرين أولهما أنه ضمان لتحقيق مصالح مختلفة، ثانيهما أنه وسيلة إلى الحياة التي يتميز فيها المرء عن غيره ويتذوق فيها متع الحياة. ثم نأتي إلى الجانب الروحي، ونواجه مشكلة أشد تعقيداً من سابقتها مادام كل منا معرضا للأزمات ومادام كل منا معرضا لضربات القدر أو لهباته. لاشك أن الجانب الروحي مرتبط بالجانب المادي ارتباطاً غير واضح في معظم الأحيان على خلاف ما يتبادر إلى الذهن من الوهلة الأولى.

أن سبيل القناعة ميسر للغالبية العظمى منا، ولكن لا يملكه إلا القليلون. ونجد الساخطين المتبرمين بين طائفة الأغنياء وطائفة الفقراء على السواء، وهؤلاء الذين يتوهمون أن الحياة التوت سبلها أمامهم.

ونجد الكثيرين يحاولون التعويض عما فاتهم من ثروة، أو من مركز أو حتى من عاطفة فيلجأون في مرحلة النضج إلى أحلام اليقظة التي لا تناسب إلا سن الطفولة مع أنهم يستطيعون بأيسر الجهد أن يحددوا لأنفسهم هدفاً إيجابياً قد يقل عن الهدف الذي يتخذونه في أحلامهم إلا أنه

سيكون هدفاً واقعياً فعلا، وبمضاعفة الجهد يستطيعون أن يبلغوا هدفهم الواقعي هذا.

وأسوأ من هذا، أن كثيرا منا لا يتمتع بما يملك بالجري وراء أشياء فوق طاقتنا. لماذا تجري وراء براعم غريبة نادرة، وحديقتك ملأى بالزهور اليانعة النضرة.

"عدم الرضا الإلهي" خير عندما يكون حافزاً إلى المغامرة في ميادين بكر، كما تدفعنا غريزة حفظ الذات إلى القفز قفزة مفاجئة لننجو من خطر محقق وإذا كانت هذه الغريزة تؤدي– في معظم الأحيان– إلى الأنانية فعدم الرضاء قد يؤدي بنا إلى أن نرفض، في حمق، تقدير ما وهبتنا إياه الحياة من أطايبها.

إذا كنت تعرف حقيقة من تكون، عرفت ما تحتاج إليه، وما تستطيع أن تفعله.

إذا كنت تعرف حقيقة ماذا تكون أدركت قيمة الأشياء بعضها بالنسبة إلى بعض، وسخرت مما تعانيه من خيبة أمل من وقت لآخر معتقداً أن كل شيء ممكن.

حاول أن تتعرف على مكانك وأن تحدد ما يسوئك منه إساءة هي منبع سخطك وشقوتك– هل تنقصك الفرص المواتية؟ هل حاولت أن تستعد عندما تسنح لك–، وأن تقتنصها عندما تكون مستعداً لها؟

هل ينقصك حب والناس لك؟ هل منحت الناس حبك حتى لو لم يبادلوك حباً بحب؟ وهل داومت على منع الحب وأنت تواجه خيبة أمل؟

هل أنت مفتقر إلى الأصدقاء؟ فهل أظهرت روح الصداقة للآخرين والاهتمام بمشاعرهم؟

هل يسيء الناس فهمك؟ فهل أظهرت أنك تفهم الناس؟

هل أنت في حاجة إلى الثقة؟ فهل حاولت أن توحي للناس أن يثقوا فيك؟

هل أنت فاشل في العمل أو في الحب؟، أليس حقيقة الأمر أنك أخفقت من قبل أن تشرع فيهما لعيب فيك أو نقص عندك؟

إنك لن تستطيع أن تشرع في تنظيم حياتك من جديد ولا أن تعيد بناء حياتك قبل أن توجه إلى نفسك هذه الأسئلة وتجيب عنها في أمانة وإخلاص.

إن هؤلاء الذين تضطرب حياتهم أو يحسون أنهم يحسون كيفما اتفق!؛! ويلخصون ميلهم إلى الكآبة في قولهم "إن الحياة لا تستحق أن تحياها" قد يلجأون إلى الطبيب النفساني ويتوقعون منه أن يحقق لهم كل شيء؛ كأن للمساته أو كلماته فعل السحر، هذه خرافة فيها من الغرابة وقلة الجدوى مثل ما في الاعتقاد بأن مخلب الأرنب يجلب السعد ويبعد النحس؛ لعلها تكون خرافة القرن العشرين، ولكنها خرافة في أي حال. أن الطب النفساني قد يفيد في كثير من الحالات وقد ينجح في علاج شخصية مضطربة بالتعاون الكامل بين الطبيب والمريض ويعين الشخص على معرفة علة اضطراب شخصيته؛ ويستحيل على الطبيب المعالج– من غير عون من الشخص– أن يصلح الأمور بحركة من يده.

والخلاصة أن على الفرد وحده أن يقرر هل سينجح في حياته أو يفشل.

هل تملك الشجاعة والثبات اللازمين؟ إذن أمض قدما.

الفصل الثاني

أساس القناعة

قبل أن نزيد عما قدمنا أجد من الضروري تعريف لفظي: "ناجح"، "وحياة". وأنا– من جهتي– أعتبر أن اللفظين معا يعنيان التعبير الكامل المليء لشخصية الفرد في المجتمع الذي يعيش فيه تعبيراً يؤدي إلى الانسجام والقناعة داخل الذات وخارجها.

ويناقش الدكتور Dr Joad[1] هذا المعنى قائلا– وهو محق في قوله– أنه إذا اشتملت شخصية الفرد جانباً شريراً، فإن التعبير عن هذا الجانب لابد أن يكون شراً، ويؤدي إلى نتائج ضارة تؤذينا وتؤذي الآخرين.

ولذلك يجب أن يشتمل التعبير عن شخصية الفرد على ضبط النفس فتكون ذاتنا خيرة. خيرة بالنسبة لنا، وبالنسبة إلى الغير، وبالنسبة إلى المجتمع، وبالنسبة إلى اكتمال نمو شخصيتنا.

ويجب أن نذكر هنا أن غرائزنا العدوانية ليست في طبيعتنا شريرة

---

١) جود: فيلسوف انجليزي معاصر، اشتهر بمذهبه العقلي، وبكتاباته في علم النفس وكان يعتبر نفسه تلميذاً للكاتب الانجليزي المشهور جورج برنارد شو.
ولد سنة ١٨٩١ وتوفي سنة ١٩٥٣.

ولا يمكن أن نسلك غرائزنا ضمن موضوعات الأخلاق.

إن الطبيعة أوجدت في كل كائن حي غريزة حفظ الذات سواء أكانت هذه الطبيعة هي القوة نفسها أو مجموعة خبرات وتجارب الأزمات الطويلة، وعمل الطبيعة هذا كان عادلا وحكيما وضرورياً أيضاً فلولا هذه الغريزة لهلك كل شيء حي.

وأنت لا تجد أثراً للاعتبارات الأخلاقية في مراتب الحياة الدنيا حيث تسود مثل هذه المبادئ: أقتل قبل أن تقتل، ولتأكل قبل أن تؤكل، حتى الإنسان– وهو في قمة الأحياء– إذا واجهه وحش مفترس ليس أمامه إلا أحد سبيلين: الهرب أو القتال.

إذن لقد كان من الخير ومن الضروري أن تنطوي طبائعنا على عناصر العدوان، وكلما ازددنا وعياً بذواتنا كلما تحققنا من وجود هذا الجانب العدواني فينا كلما فهمنا السبب في وجوده على ألا يجرفنا في تياره بعيدا.

وفيما يختص بالتعبير البدني عن الميل العدواني ستأتي مرحلة في تنظيم الجماعات الإنسانية تهذبه فيها الاعتبارات الاجتماعية.

لا يباح قتل الفرد إلا في حالة الدفاع عن النفس وبعد معرفة الظروف معرفة دقيقة، فالقانون الذي يضعه المجتمع يهذب التعبير عن الميل العدواني، فالمجتمع يتدخل ويأخذ على عاتقه توقيع العقاب بطريقة لا تعرف التمييز مبنية على العقل والتعليل بدلا من أن يوقع بطريقة

غريزية فطرية؛ وإن كان هذا لا يتحقق إلا من الجهة النظرية فقط فإن طبيعتنا الناقصة ومجتمعاتنا التي لم تصل إلى الكمال بعد تحول دون تحقيق ذلك.

وبامتداد هذه العملية نأمل أننا نصل إلى المرحلة التي يستحيل فيها على الأمم كما يستحيل على الأفراد التعبير عن غرائزها العدوانية بالقتل، وهذا موضوع سنعالجه بشيء من التفصيل في الفصول القادمة.

يتضح لنا بذلك أن ضبط النفس وهي الضرورة الأساسية للحياة الناجحة، وضبط النفس لا يتطلب استئصال الغرائز التي لا تستأصل بطبيعتها والتي هي نافعة في بعض مظاهرها، إنما تتطلب ضبط هذه الغرائز والإفادة منها لصالحنا ولصالح الحياة الاجتماعية.

لنمض– إذن– في تعريف اللفظين ونحن ندخل في حسابنا هذه الاعتبارات.

ما هو النجاح؟

لم يأت في تاريخ العالم زمن كالزمان الحاضر سعى فيه الناس سعياً حثيثاً وراء النجاح باعتبار أنه يعني الكسب المادي.

ليس معنى هذا أن الناس– في أي عصر من العصور– لم يسعوا وراء الثروة والرقي المادي، ولكن وجدت في تلك العصور مقاييس للقيم

لا تقوم على أساس مادي صرف ولو أن هذه المقاييس لم تكن تراعى عملياً كما تراعي نظريا.

ولقد مالت الفلسفة الشرقية دائماً إلى تأكيد الجانب الروحي على حساب الجانب المادي. ويمكن القول– على وجه العموم– أن عبارة النجاح المادي هو رذيلة العالم الغربي.

وإنه ليبدو أن النتائج العملية لهاتين النظريتين المتعارضتين هي نتائج على قدر متكافئ من السوء. فقد أدت الفلسفة السلمية لبعض الشعوب الشرقية إلى اعتناق الطبقتين العليا والدنيا لعقيدة التسلم والتواكل، وأدت إلى ظهور عقلية تجعل الرجل يفضل أن يموت ولا يبذل جهداً لتحسين حاله طمعاً في الآخرة.

أما عقيدة النجاح المادي فقد ظهرت في صور متعددة، ظهرت في شهوة السلطان والفتح، وظهرت– منذ قيام العصر الآلي– في السعي وراء المال وما يحققه المال من القوة والنفوذ.

ومن الواضح أن هذين الطريقين في التفكير غير متزنين– ولا نطمع أن نجد مقياساً صحيحاً للنجاح إلا في طريق وسط بين الطريقين.

ولست أنكر ما يعود على الإنسان من فائدة إن كان على درجة معقولة من اليسر والرخاء. فالفقر لعنة لا تصيب البدن وحده ولكن تصيب العقول والأرواح أيضاً. إن للغنى المعقول لفائدة مزدوجة هي:

الحرية التي تيسر لك نتيجة الفراغ والبعد عن القلق ثم الفرص التي تتيحها هذه الحرية للفرد كي يرقى بنفسه ويقوم بخدمة المجتمع.

ومن جهة أخرى فإن الشخص الذي يولد وهو مكفول له الأمان التام بحيث لا يطلب منه بذل أي مجهود، مثل هذا الشخص لا ينمي شخصيته التنمية الحقيقية.

وكما يحتاج الطفل وقت التسنين إلى الخبز الجاف. وكما تحتاج عضلات الصبي إلى المران الكافي؛ كذلك يحتاج الإنسان إلى قدر من الشدائد وتحمل التبعات.

وليس هذا ضرورياً لأغراض عملية مباشرة وكفى فصلابة الأسنان وقوة العضلات تحققان حاجات يومية عملية، وتحققان ما هو أكثر من هذا فهما ضمان لأي عارض طارئ.

توضيح آخر– يحتاج الإنسان إلى تنمية قواه البدنية، والقدرة على الحكم السليم والتوازن الخلقي لا لتأدية واجباته اليومية في بيته وعمله وحسب، ولكن ليواجه ما يقع من أزمات من وقت لآخر– فلا البدن الناعم المترف، ولا العقل الناعم المترف، بمستطيعين مواجهة معضلة أخلاقية تعترض سبيلنا إن آجلا وإن عاجلا.

لذلك يتحتم علينا أن نجتهد لنعد أنفسنا إعداداً كاملا لا للمطالب العملية المباشرة العاجلة، ولكن لشيء آخر أكثر من هذا.

فماذا يكون إذن مقياسنا للنجاح؟

بديهي أنه لا يمكن أن يكون وضع الإنسان من الناحية المادية أو كل ما يملك من متاع لأن اكتسابهما يتوقف على الحظ إلى حد بعيد، ويشوبهما تضحية المبادئ الأخلاقية في سبيل اكتسابهما. يكون المقياس الصحيح للنجاح في كيفية استغلال الفرد لمواهبه الطبيعية ومواجهة ظروفه.

من اليسير على المرء أن يكون ساخراً ويستخف بالقول أن الغني لا يحسد. أنه من الطبيعي بالنسبة لهؤلاء الذين يواجهون الفقر دائماً أنهم يفكرون أنه لو حلت مشاكل الفقر هان كل شيء.

ومهما يكن الأمر فتجربتي الشخصية مع طوائف الناس المختلفة، وطبقات المجتمع المتباينة تجعلني واثقا من حقيقة واحدة ثقة تامة: إننا نجد في بيوت الفقراء قناعة حقيقية لا نجدها في بيوت الأغنياء.

وبديهي أني أستثني من لفظ "فقير" الآباء والأطفال المعوزين حقاً، الذين يكونون في مستوى أقل من المستوى العادي جسما وعقلاً. والذين لا يتجاوز أفقهم الأحياء الفقيرة القذرة التي نشأوا فيها. واستثني– كذلك– من لفظ "غني" هؤلاء الذين يكونون في يسر نسبي، وتكون حياتهم مفيدة للمجتمع متوازية بالنسبة لهم.

هناك مجالات كثيرة ينشد فيها النجاح: الزواج والأبوة، العمل الوطنية، ولكن في مقدمتها جميعاً قرار نفس الفرد. وإذا بالغ المرء في

العناية بتحقيق النجاح في مجال واحد مستبعداً غيره فقد التوازن في النجاح في الحياة كلها.

ليس من النادر أن تجدا رجلا من رجال الأعمال الناجحين يغبطه من حوله، ويفتقد في قرار نفسه السلام والقناعة لأنه فشل في غايات الحياة العادية. ولا يفطن إلى هذا إلا أخيراً ولا يحصل على النسيان إلا بمواصلة الجهد من غير حماس حقيقي.

ومن النادر- كذلك- أن تجد رجلا نجح زوجاً وأباً ومواطناً وصاحب مركز وفشل في المجاملات الأخرى. والسبب أن النجاح في العلاقات الإنسانية يتوقف على النجاح في المجالات المختلفة التي يعتمد بعضها على البعض إلى حد كبير.

والرجل الناجح في أبوته إنما ينجح لأنه تلقى دروساً قيمة في المجالات الأخرى التي نجح فيها.

والرجل الذي نجح إنساناً- أعني في تنمية شخصيته، ينجح في كل أمر يتولاه اللهم إلا إذا جاءت الظروف القاسية ضده.

وعلى ذلك يمكننا تعريف النجاح بأنه مثابرة الشخص في الإفادة من مواهبه الطبيعية على نحو بنائي- والمقياس النافع لذلك هو الإفادة منها في كل مجالات الحياة جميعها:

ما هي الحياة؟

وهنا نعرض لمسائل فلسفية شغلت عقل الإنسان منذ القدم.

الحياة هبة عجيبة لأنها– على ما نعلم– لم نطلبها. فإذا أعطيناها فإنها تجر فيما تجر الفرح والحزن، واللذة والألم، وتسوق التجارب التي قد تفيد منها وقد نهملها كلية.

ليس لنا الخيار في أن نأتي إلى هذه الدنيا أو لا نأتي. ولا رأي لنا في اختيار قدراتنا البدنية والعقلية والأخلاقية والمادية إلا أننا جميعاً نشترك في إحساس واحد: أن لوجودنا دلالة تتجاوز وجودنا الفردي منا من ولد يعوزه المال، ومنا من ولد به عيب بدني، وآخرون ولدوا وفيهم عيب عقلي، وآخرون ولدوا وفيهم نقص روحي. وإذا صدق القول منا من ولد وغرائزه الفطرية أقوى من غرائز غيره.

ولكي نحيا حياة ناجحة نحتاج أن نستخدم أجسامنا وعقولنا استخداماً كاملا متزنا في ظروف مادية ملائمة. وأني أعتقد أننا لن نصل إلى القناعة الروحية بغير ذلك.

ومع ذلك فلا يكفي هذا ما لم نعرف ماذا يقصد باستخدام أجسامنا وعقولنا استخداما كاملا متزنا، لأن هذا يعود بنا إلى اعتراض الدكتور جود بأن هذا الاستخدام قد يكون من أجل تحقيق أهداف شريرة. ولا شك أن أهم من عرفهم التاريخ من طغاة البشر قد أحسنوا استخدام قواهم العقلية والبدنية إلى أقصى حد، ولا شك– كذلك– أنهم

لم يصلوا إلى الانسجام بينهم وبين أنفسهم أو بينهم وبين الذين عاشوا معهم.

ولذلك وجب أن يتضمن معنى "الحياة" الكامل أن نكون على اتفاق وانسجام مع الإنسانية جمعاء لا أن نكون على اتفاق وانسجام مع أنفسنا وحسب.

ولكن هل يمكن الفرد أن ينسجم مع شيء ينقصه هو الانسجام؟

إن تاريخ البشرية مليء بالقسوة والشفقة، والضعة والنبل، والأثرة والتضحية بحيث يبدو التوازن في هذا التاريخ هو التوازن بين الخير والشر. وإذا كان هذا التوازن هو ما ننشده في أنفسنا فليس علينا أن نبعد دوافعنا الشريرة السعي وراء الخير وحسب. بل علينا أن نطامن من أفعالنا الخيرة بمعرفة الشر.

ولا يبدو أن هذا غير معقول: فهو نتيجة منطقية لحاجتنا إلى فهم غرائزنا وضبطها كما بينا من قبل.

إن أولئك الذين يحبون حياة خيرة ضيقة، ولا يعلمون شيئا عن شرور العالم مثلهم مثل أولئك الذين يحبون حياة كلها شر ويضربون بمطالب المجتمع عرض الحائط.

ولكي نحيا حياة حقيقية يجب أن نفهم كل الدوافع الإنسانية، ويجب أن نعرف الظلمة الحالكة كما نعرف النور الساطع، ونعرف الألم

كما نعرف اللذة، ونعرف الفرح كما نعرف الحزن، وإذا كنا قد شعرنا بسوء ما تدفعنا إليه غرائزنا الفطرية أدركنا حاجتنا إلى ضبط أنفسنا، وحاجتنا إلى الصفح عن الآخرين.

وإذا جر بنا القسوة أو شاهدناها أمكننا أن نتعلم الشفقة.

وإذا عانينا من الضعة تحققنا من إمكان النبل.

وإذا اكتشفنا الأنانية المتأصلة في أنفسنا أو في غيرنا قدرنا دوافع التضحية.

إن الحياة وهي أشبه بدرع ذي وجهين– ترينا وجهاً وتخفي عنا الآخر لنطلبه، وأن هذه لهي الحياة الحقة!

إنك لا تجد شخصاً يسعى بإرادته وعلمه إلى تحطيم بدنه بأن يجلب على نفسه سوء الصحة؛ صحيح أن من الناس من يخضع لرغبات ونزوات من شأنها أن توهن من كيانه ولكن هذا لا يكون هدفه الذي يسعى إلى تحقيقه.

ولا تجد شخصاً ينهك روحه وهو يعلم أنه إنما يرتكب إثماً كبيراً بخضوعه لرغبات ضارة بروحه، وتراه يؤكد لنفسه أن الذي يفعله خير وضروري. ولذلك فإن الشيء الأساسي أن كل كائن بشري يعلم هدفه صحة بدنه وصحة روحه مع أن أعماله تنكر هذا.

والصحة العقلية والصحة البدنية هما معاً قوام الحياة.

ما هي الحياة الناجحة

وفقاً للتعارف التي سقناها تعني الحياة الناجحة المثابرة على الإفادة من مواهبنا الطبيعية على نحو بنائي مع توافر الصحة البدنية والصحة الروحية؛ وهذا ما ينشده كل منا وعلى نحو لا شعوري.

إذا كنت أصبت في حياتك نجاحا فإن تقدير من تكون وماذا تكون وأين تكون يظهر انسجاما وتوازنا كاملا سواء في داخل ذاتك أو في علاقاتك مع الآخرين.

ويجب أن تكون الإفادة من مواهبنا على نحو مستمر وإلا أصبنا بالجمود والتفاهة.

كما يجب أن يكون استغلالها على نحو بنائي إيجابي أعني أن نفيد منها من غير نظر إلى مكافأة؛ وأن تكون النتائج مفيدة للآخرين متجاوزين حدود ذواتنا وإلا أصبحنا انعزاليين وأصبنا بالعقم.

ولكن الإفادة من مواهبنا يلزمه أن نكون أصحاء بدنياً وروحياً.

وجماع ما تقدم هو تحقيق الانسجام وبالتالي تحقيق القناعة.

هل منا من يزعم أن قائمة حسابنا تبين أنه وصل إلى هذه الحالة السعيدة؟ لا أظن.

وأؤكد مرة أخرى أنه ليس بصحيح– كذلك– أن السخط سببه

مأساة حقيقية كالفقر أو الحظ العاثر. على العكس وقد ثبت من الخبرة أن كثيراً من الأغنياء المقتدرين ساخطون متذمرون؛ وأن كثيراً من الأسر الفقيرة التي تعيش متزاحمة حول مورد رزق ضيق تعيش في سعادة مما يؤكد أن في كثير من الحالات يكون سبب التذمر والسخط كامناً فينا؛ ومما لا شك فيه أن أسباب كثير من المآسي ترجع إلى الأشخاص الذين يشكون منها.

صحيح إننا في زمن نثقل علينا فيه أشياء خارجة عنا كقلة السلع والطعام والحرب. والاضطهاد السياسي والعنصري. ولكن هذه الأشياء وجدت في كل عصر وأضيفت إليها في العصور الماضية الأوبئة الطاحنة، وهي لعنة كدنا نتخلص منها في العصر الحديث.

ويجد الفرد نفسه في ظل الحضارة الحديثة الهائلة، وفي ظل ضغط الدول بعضها على بعض، يجد الفرد نفسه قد مزقت حياته قوى لا قبل له بها.

ولكن السعي إلى علاج علل الجنس البشري بتنظيم شئون العالم أجمع هو عندي طريق خطأ.

ويجد الشباب الملتهب حماسة لإصلاح العالم وإشاعة العدل فيه بمناصرة المذاهب الثورية المتطرفة، يجدون أنفسهم مجبرين على الالتجاء إلى أساليب القوة والعنف ليصلوا إلى أهدافهم ويحققوا مراميهم، ويجدون أنفسهم آخر الأمر مرغمين على إفساد ضمائرهم وأفعالهم النبيلة وعند ذلك يهب الذين يعانون من ظلمهم وإرهاقهم إلى القيام بأعمال انتقامية وتدور الدائرة.

وأسلم طريق وأصلحه هو إصلاح الفرد، وإن كان يبدو طريقاً طويلاً شاقاً ولكنه ينتهي لا بقناعة الفرد وسلامته وحسب ولكن ينتهي أيضا بإشاعة الرضى والسلام بين أمم العالم أجمع.

ذلك لأن الحياة الناجحة لا تعني قط سعادة الفرد المنطوي على نفسه وحده. والحقيقة أن هذه السعادة الفردية مستحيلة ما دمنا في حاجة إلى الغير حاجة تحتمها طبائعنا في مظاهر الحياة البدنية والعقلية والروحية.

ونحن لا نستطيع أن نعيش لأنفسنا وبأنفسنا، فدائرة تأثرنا تتسع شيئاً فشيئا من الأسرة والبيئة المحلية إلى الأمة والمجتمع العالمي. فنحن نتأثر بهذه الجماعات تأثراً يتفاوت قوة وضعفا.

ولا يمكن– في الوقت نفسه– أن نتهم بالأنانية عندما نسعى إلى الانسجام الفردي ما دمنا نهدف إلى هدف مزدوج، الأول أن نكمل ذواتنا من الداخل، والثاني أن نساهم في تحقيق الانسجام الذي يحتاجه العالم.

لقد عرفنا في التاريخ عدداً كبيراً من القديسين الذين زهدوا في الدنيا واعتزلوها ونشدوا السلام الداخلي، وقد تكون صلواتهم أفادت الإنسانية، فإننا لا نستطيع بعد أن نعلم ما هناك من قوة روحية في الإرادة الطيبة. كما عرفنا كثيراً من الأشرار الآثمين الذين اعتزلوا الدنيا لتحقيق أغراض شريرة، وقد يكون العالم قد انتفع منهم على نحو من الأنحاء ولكن سوء مقصدهم قد زاد من اضطراب الأمور في العالم.

ومن هذين المثلين المتطرفين يمكن أن نصل إلى رأي مؤداه أن السعي وراء الانسجام الفردي، ومنح هذه النعمة للآخرين عند الحصول عليها، بعد مساهمة إيجابية لسعادة المجتمع الإنساني ونحن أعضاء فيه.

فلو كان الإنسان جسما فحسب لكان معنى الحياة الناجحة صحة الجسم ونشاطه دون اعتبار للآخرين.

ولو كان الإنسان جسما وعقلا وحسب، لتضمن معنى الحياة الناجحة انسجامهما وخيرهما دون اعتبار للآخرين الذين لهم نفس ظروفنا.

ولو كان الإنسان جسما وعقلا وروحا وحسب، لنطلب الحياة الناجحة منا أن نكون كأفراد في صحة بدنية وعقلية وروحية.

ولكن الإنسان شيء أكثر من هذا– فهو جسم وعقل وروح لا باعتبارها أجزاء منفصلة ولكن باعتبارها أجزاء من جسم أكبر وعقل أكبر، وروح أكبر هي جسم الجنس البشري وعقله وروحه لا في الحاضر وحسب وإنما في الماضي والمستقبل أيضا.

وفي سبيل الحياة الناجحة علينا أن ننشد الانسجام في أجسامنا، وعقولنا وأرواحنا، وبين أجسامنا وعقولنا وأرواحنا، وبينها وبين أجسام وعقول وأرواح غيرنا من البشر الأحياء منهم والموتى والذين سوف يولدون فيما بعد.

إن أشد ما يحتاجه الأفراد والجماعات هو الشعور بالغرض، وهذا الشعور هو الذي أوجد العقائد الدينية، والمذاهب السياسية، وكلها قامت لغايات نبيلة، ولكنها كلها عملت على استمرار مظالم الماضي وقساوته في صور جديدة لأنها لم تفهم طبيعة الحياة العضوية سواء في الروح أو في العقل أو الجسم.

فلندرك يوماً وحدة الحياة، أعني اعتماد كل وحدة من الحياة على غيرها من الوحدات الأخرى، فنجعل سعينا نحو الحياة الناجحة ليس سعياً وراء سعادة شخصية ولكن نجعله سعياً إيجابياً نحو انسجام الإنسانية جمعاء.

ولكن يجب أن نسير الطريق من أوله.

لنضع غايتنا النهائية نصب أعيننا دائماً، ولكن يجب ألا تضللنا عن واجبنا المباشر فنضيع وقتنا في أحلام غامضة، ولا يكون ذلك إلا إذا كان لنا نقطة بداية عملية.

لنتذكر إذن:

لن يكون سلام في العالم ما لم تتوافر الطمأنينة لنفس الفرد.

لن تكون عدالة في العالم ما لم يقم تعادل في عقد الفرد.

لن تكون رحمة وتعاطف في العالم ما لم يمتلئ قلب الفرد فهماً للآخرين.

ولذلك يجب أن يبدأ كل ما في البحث عن هذه الأشياء في قرارة نفسه.

وعندئذ، وعندئذ فقط نفهم حقيقة كلمات دن Donne[٢].

لا تبحث بعين يسأل لك عمن تدق الأجراس من أجله. فإنها إنما تدق لك.

---

٢) دن: Donne. (١٥٧٣– ١٦٣١)

شاعر انجليزي، تلقى تعليمه في جامعتي أوكسفورد وكمبردج ودرس القانون في لندن وكان يغلب على شعره الطابع الديني. ومن أشهر آثاره. "عن تقدم الروح"، ومجموعة من الشعر الديني والمواعظ.

الفصل الثالث

طبيعتك ذات الجوانب الثلاثة

من المتفق عليه الآن أن الشخصية والنشط العقلي نفسه يعتمدان– لاعتبارات كثيرة– على صحة البدن إلى حد بعيد، والعكس صحيح كذلك، أي أن الاضطرابات العقلية والنفسية تؤثر في صحة البدن.

إذا حدث خلل في أنسجة المخ، أو في الجهاز العصبي، أو في الجهاز الغددي وهي مرتبطة بعضها بعض ارتباطاً وثيقاً، إذا حدث خلل فيها بات من المتوقع كثيراً أن يحدث شذوذ في العقل. كما يحدث تماماً أن يتأثر عقل الإنسان وشخصيته إذا اختل بدنه: وكذلك القلق والكآبة من شأنهما الإضرار بصحة الجسم.

ولم يدرك بعد على نحو واضح نوع "الجسم" أو عامل الاتصال بين الجسم والعقل؛ وثمت دلائل تدل على أن عامل الاتصال هذا يكمن في نشاط الغدد. فقد دلت التجارب على أن أي تغيير في نشاط الغدد يتبعه تأثير في قدرة العقل واتجاه الشخصية. وقد تسبب الصدمة العقلية أو الخوف أو الانفعال العنيف، اضطراباً في الغدد كذلك، وهذا الاضطراب يؤثر بدوره في عقلية الفرد.

وإن من الأطفال المعتوهين من إذا عولج علاجا غدديا مناسبا فإنهم قد يتحسنون إلى حد يمكنهم من أن يقوموا بدورهم في حياة المجتمع، وقد تؤدي الميول الإجرامية العادية إلى ظهور فن جديد في جراحة المخ، ولكن هذه حالات متطرفة ليست موضوع بحثنا الآن وإن كانت تفيد في توضيح العلاقة بين الجسم والعقل.

والعلاقة بين الجسم والعقل علاقة تهمنا جميعا من وجهة النظر الفلسفية ووجهة النظر العملية على السواء. وإذا كان علينا أن نحقق انسجاماً روحياً داخلياً علينا أن نقرر أولا أهمية الجسم والعقل في حياة الإنسان على هذه الأرض، إذ يتوقف على اتجاهنا في هذا الموضوع أن يتحقق الانسجام العقلي والجسمي المنشود.

أهو الجسم أم العقل أم الروح؟

اهتم الناس دائماً اهتماماً عميقاً بمكانة الجنس البشري من الخليقة كلها، كما تجادلوا كثيراً في قضية الجسم والعقل. فريق يؤكد تفوق الجسم وفريق آخر يؤكد تفوق العقل.

ولا زال هناك من ينتصر للجسم ويراه متفوقا على العقل. وقد يعبرون عن رأيهم هذا في صراحة، أو يعبرون تلميحاً، فبينما تمجد ألسنتهم العقل أو الروح نراهم يعيشون للجسم وللجسم وحده كأنما لا نملك سواه.

كذلك قد كان هناك من ينتصر ومن لا زال ينتصر للعقل والروح ويجعل لهما المكانة العليا محتقرين من شأن الجسم ناظرين إليه أحياناً على أنه أقل أهمية، بل وعلى أنه شيء غير مرغوب فيه أو شر لا بد منه. وهذا الاتجاه واسع الانتشار بين الطبقة المفكرة من الناس ولقد كان بالنسبة للفلسفات الشائعة في الشرق والغرب على السواء. سداها ولحمتها إذا ما أردنا أن نعرف وجهة النظر الحقيقية لشخص ما بغض النظر عما ينطق به لسانه أو يعتقد أنه حق في إخلاص، كان علينا أن ننظر إلى أفعاله. وبهذا الاختبار يتضح لنا أن كثيراً من الناس الذين يتحدثون عن التضحية والوطنية يؤمنون في قرارة نفوسهم بالمادة والمادة وحدها.

وقد يكون من الطبيعي أن نهتم بحاجات الجسم ومطالب الحياة المادية لأن هذا أساس حياتنا في هذه الدنيا، ولكن قليلا من الناس من يرضون بهذا لأن القرون الكثيرة من التعليم قد أقنعتنا أن ليس في هذا الكفاية كل الكفاية. ومن البديهي كذلك– أن كلامنا يشعر شعوراً غامضا خفيا أن هناك عوالم أخرى لا ندري عنها شيئا ومن الإنصاف أن نذكرها من وقت لآخر.

وأنه ليترتب على هذا الخلاف الذي لم يحسم بعد، بين دعاوى الجسم والعقل والروح نتائج ضارة.

فعندما يكون الجسم، والأشياء المادية الضرورية له، هو المعبود الوحيد لا شك أن تكون النتيجة أنانية ساذجة تلحق الضرر بالغير، وتعوق نمو الفرد نمواً كاملا.

وإذا عبد العقل وحده نمى الذكاء إلى أقصى حد على حساب الجسم والشخصية. وتكون النتيجة عالما ضعيفاً قليل الخطر هين الأثر.

وعندما تعتبر الروح هي الغاية الوحيدة تكون النتيجة إلحاق الضرر بالعقل والجسم معاً فيهمل جسم الفرد وأجسام الآخرين أيضاً. ففي الوقت الذي تثبت فيه الأبصار في السماء دائماً تتدهور أمور الأرض، وقد يكف العقل عن البحث ما دام أنه لا يمارس عمله إلا في أضيق الحدود.

وما لم يقم حد فاصل بين مطالب الجسم، ومطالب العقل، ومطالب الروح، وما لم يقم- في الوقت نفسه- انسجام حقيقي بين الجسم والعقل والروح نظرياً وعمليا، ما لم يحدث هذا يحتمل كثيراً أن يحظى الجسم بمزيد من الاهتمام مع شعور الفرد شعوراً ما أن هذا الاتجاه اتجاه خاطئ، وهذا موقف الأغلبية الساحقة من الناس.

ومثل هذا التعارض بين الدوافع الغريزية والميول المكتسبة الذي يسبب تواتراً في عقل الفرد، قد يعني- في الحقيقة- كبت هذه الدوافع الطبيعية بدلا من تنظيمها وضبطها بطريقة شعورية. وقد تكون النتيجة أن كبتها يزيدها قوة وضراوة، وقد تعبر عن نفسها أحياناً في صور غير مرغوب فيها بل وفي صور منحرفة شاذة؛ وسنرى أن هذا هو ما يحدث على وجه الخصوص في مجال الحياة الجنسية.

يبدو أن الفصل التام بين الجسم والعقل والروح خطأ من جميع الوجوه: خطا من جهة العلم، فكلما تقدمنا في معارفنا كلما تكشفت لنا الصلة الوثيقة بين الجسم والعقل. وخطأ أيضاً من جهة الفلسفة في تنمية نشاط الروح من غير طريق الجسم.

إن العقل والجسم والروح التي ترفرف عليهما ضرورية للوجود من وجهة النظر العملية والفلسفية. وتنمية أحدهما على حساب الآخر لهو خروج على مبدأ الانسجام الذي يسود الخليقة كلها. ولذلك كانت الخطوة الأولى التي يجب أن يخطوها الرجل أو تخطوها المرأة في سعيهما نحو الانسجام الداخلي هي أن يتأكدا أن جسمهما وعقلهما في خير حال، وأن يحافظا عليهما بالمران، ولا يفضلان أحدهما على الآخر فيحصلان على الانسجام بين الجسم والعقل والروح عن طريق التوازن بينهما.

هل تتمتع بانسجام داخلي؟

نخلص مما تقدم بما يلي:

إن الرجل الذي يرفه جسمه ويمتعه مهملا تنمية عقله، ومتجاهلا مطالب روحه يصيب نفسه بالعجز ويعمل على هلاك جسمه الذي أصبح عبداً له.

والرجل الذي ينمي عقله مهملا جسمه، ومتجاهلا مطالب روحه يصيب نفسه بالعجز فهو يحول دون سعادة جسمه. الذي هو مستقر عقله.

والرجل الذي يجتهد لتكريس نفسه كلية للأمور الروحية. ولا يمارس عقله إلا في أضيق الحدود، ومتجاهلا جسمه، مثل هذا الرجل يصيب نفسه بالعجز كذلك، ثم أنه سيؤدي بإهماله للمطالب المادية لغيره من الناس– إلى هدمهم روحيا.

ولا ريب أن كثيراً من مآسي العالم يمكن إرجاعها إلى سعي الإنسان المخلص نحو الحقيقة سعياً من جانب واحد.

كما بينا آنفاً أن كبت الدوافع بدلا من ضبطها والتحكم فيها ينتهي بظهورها مرة ثانية بطريق غير طبيعي. والروح المكبوتة تعذب الرجل الذي يبالغ في اهتمامه بالحياة المادية أو الحياة العقلية، وهو يشعر شعوراً بعدم الرضى لا يدري سببه. والعقل المكبوت يجد طريقاً إلى ممارسة التفكير بالرغم من صاحبه وقد يكون هذا الطريق هو طريق الحياة وتدبير الخطط– والجسم المكبوت ينتقم لنفسه بأكثر من مائة طريقة.

هذه الطرق الثلاثة في الفصل هي طرق ثلاث للهلاك أيضاً. نجم عنها في حياة الجماهير ألوان التعصب والاضطهاد وكبت الحريات. وحروب الغزو والفتح. ونجم عنها في حياة الفرد ميله إلى الوحشية والتحامل والانحراف. ولا نجد إلا قليلا من شرور العالم الكبير اليوم لا يمكن ردها إلى فشل الأفراد وفشل الشعوب في إيجاد توازن عادل بين مطالب وحاجات الطبيعة الإنسانية ذات الجوانب الثلاثة. إنها كبرى أن يولد الفرد بتوازن جسمي وعقلي طبيعي، فعن طريق عملهما المنسجم معاً تنمو الروح. ويمضي غالبية الناس في حياتهم غير عابثين بهذه الحقيقة

وإذا ما تحققنا منها من حياة الأفراد الذين نعموا بها، ولا نلبث أن ننساها.

وأكبر جريمة نقترفها في حقنا وفي حق غيرنا من الناس أن تكون لنا هذه النعمة ونقضي عليها بالجهل أو الإهمال، وإذا كنا أصحاء جسما وعقلا سلمنا بهذه الحقيقة وجعلناها حجر الزاوية في حياتنا الناجحة ولو كان هناك ما يضايقنا في الوقت الحاضر.

الأسس العملية لانسجام الداخلي

لعلك تشعر أنك تسلم فعلا بحقيقة طبيعتك الثلاثية. وقد تكون وصلت إلى مثل النتائج السابقة بتفكيرك الخاص أو عن طريق آباء ومعلمين حكماء عاونوك على أن تبني حياتك على هذه العقائد. ومع ذلك، هل طبقت هذه العقائد تطبيقاً عملياً كاملا؟

قليل منا من يحيا وفق مثل عليا. وكلنا يعرف عن نفسه أموراً لا يحب أن تكون معروفة للغير، بل لا نحب أن تكون موضع تهامس معارفنا.

لا تيأس إذا اعتزمت، بعد أن تدبر أمر نفسك إنك لم تحيا حياتك وفقاً لمطالب جوانب الطبيعة البشرية الثلاثة. واستهلال طيب إذا قلت– في أمانة– أنك حاولت أن تحيا كذلك. فهذا استهلال لم يصل إليه كثير من الناس بعد.

ولعلك لم تفكر قط في مثل هذا الأمر، تحيا من غير تفكير، وتسير في طريقك كيفما اتفق مواجهاً مشاكل الجسم والعقل والروح كلما عرض لك شيء منها.

ولعلك قد وجدت أن تحقيق مطالب العقل والجسم والروح معا يحتاج إلى وقت طويل وجهد كبير، ولا شك في ضياع وقت طويل وجهد كبير لأنهما لم يستغلا بشكل منتظم. ولماذا ترى أنك ضللت طريقك في الحياة لأنك أهملت التفكير في هذه المشاكل من أساسها.

وقبل أن نستطرد ينبغي أن نبين أننا لا نعني بما نقول هنا أننا نهمل مواهبنا الخاصة بالسعي عبثاً لتحسين ذواتنا بينما نحن غير موهوبين أصلا. فالرجل الذي يختار طريقاً في الحياة يتطلب جسما سليما حسن المران قد يهمل تنمية عقله من وجهة النظر الواقعية. ويجد الرجل ذو الميل العقلي نفسه مجبراً على إهمال رياضة جسمه، من الواضح أنه من غير المعقول أن يكون الرجل الذي يعد نفسه لكي يكون طبيبا، أن يكون رياضيا أيضا. وفي كثير من الحالات يكون التخصص هو الحل العملي الوحيد.

ومع ذلك، لا يغير هذا من الحقيقة أن يكون اللاعب الرياضي خير كائن بشري إذا ما مارس عقله، وأن يكون العالم خير كائن بشري إذا أعطى جسمه الرياضة الكافية على ألا يهملا حياتهما الروحية، وليس من الضروري أن يكون الفرد فقيراً في روحه مهما كان فقيراً في جسمه وعقله.

وقد حان الوقت لكي تدرك أن تفوق الجسم ضروري لحياة الجماعة كتفوق العقل سواء بسواء، وأنه لمن الادعاء النزق الاهتمام بواحد على حساب الآخر، كما هو الحال اليوم. والحقيقة أنه من وجهة النظر العملية نجد أن الجماعة تحتاج إلى تفوق الجسم والعقل معاً كما بينت الطبيعة عن طريق تقسيم العمل حاجتها إلى سائر الصفات المختلفة لتأدية الواجبات والأعمال.

والآن نضع هذا الأمر موضع النظر ثم نحاول في بساطة أن نتبين ما تنطوي عليه فكرة التوازن بين الجسم والعقل توازنا يؤدي إلى الانسجام الروحي، وإذا نظرنا إلى الأمثلة البسيطة الواضحة أمكنا أن ندرك ما في حياتنا من أمثلة ينقصها هذا التوازن وما أدى إليه من اختلال الانسجام.

وسنعود القهقرى إلى بعض المشاكل الشخصية التي تؤثر في كثير منا وإذا صحت النظرية العامة أمكننا أن نفهم سبب قيام هذه المشاكل بسبب العجز في فهم طبيعة الحياة ذات الجوانب الثلاثة.

ويبدو أن الطريق العملي أن نسأل أنفسنا أسئلة تتصل بكل جانب هذه الجوانب الثلاثة التي نحياها، ولن تكون هذه الأسئلة هي كل الأسئلة أو خير الأسئلة التي يمكن أن تسأل في هذا الصدد. إنما قصد بها أن تكون علامات لأنواع مختلفة من الخطأ الذي تقع فيه الطبيعة البشرية التي أسيئ مرانها.

وتتصل الأسئلة الثلاثة الأولى بالجسم، وتتصل المجموعة الثانية بالعقل، وتتصل المجموعة الأخيرة بالروح. وبديهي أن هذه الأسئلة يتداخل

بعضها في بعض لأنه من المستحيل أن يحيا الإنسان في هذه الدنيا باعتباره مجرد جسم عقل أو روح.

إنما نحن مزيج من الثلاثة. وكلما تأكدنا من هذه الحقيقة وحاولنا أن نعيش وفقاً لها كأفراد اقتربنا من الحياة الناجحة الحقة.

الفصل الرابع

هل أنت في "انسجام" مع جسمك؟

ما نهدف إليه الآن هو معرفة ما إذا كنت قد حققت التوازن بين جوانب طبيعتك الثلاثة باعتبارك كائناً بشريا. ولكن يجب أولا أن تفحص كل جانب على حدة لأنه قد تكون نظرتك إلى أحدها أو إلى بعضها من شأنها بأن تخل بتوازنك الكلي كفرد.

وتنصب الأسئلة الثلاثة المتعلقة بالجسم على الأساس العملي البسيط للحياة الدنيوية، على الحقيقة التي تقول أن لنا جسما، وأنه– كأن آلة– يحتاج إلى أن يظل في حال جيدة تمكنه من العمل، وتنصب على حقيقة أن إنجاب الأطفال ضروري لحفظ النوع البشري.

والسؤال الأول هو.

هل تخجل كثيراً من العري؟

خلقت أجسامنا بصورة واحدة وأننا لنعيش بين ملايين الناس ممن لهم نفس الأجسام التي لنا فهي جميعها ذات شكل واحد، وتؤدي وظائف واحدة، ولذلك فإن من العيب أن يوجه بعض الناس بل كثير من الناس مشاكل تقوم في أساسها على مجرد أن لهم جسوما.

ولا يعرف هؤلاء الناس ماذا دهاهم، وإنما يمضون في حياتهم وهم يعانون من مضايقات لا داعي لها، ويسببون لغيرهم من الناس المتاعب أيضاً، ويزرعون في العقول الشابة أفكاراً مشابهة. ويخلقون مشاكل عديدة في الجيل التالي لهم.

وأولئك الذين يفكرون في هذا السؤال تفكيراً جديا، تكون لهم نظرة سليمة عندما يصلون إلى سن النضج، ومثلهم أيضا الذين نشئوا تنشئة واقعية. ومع ذلك فمما يدعو إلى الدهشة أن يحتفظ الكثيرون طوال حياتهم بشعور قوي بالإثم والخجل كأنه من الإثم والدنس أن تكون لهم جسوم.

إن أولئك الذين يعانون متاعب مبالغ فيها من هذه الناحية هم الذين لم يفكروا في هذه المسألة قط، بل كبتوها وأخرجوها من عقلهم الواعي، وسببوا لأنفسهم الآلام من خجل غير ضروري، بل وما هو أسوأ من هذا، قد أوحوا –كما بينا آنفاً– في نفوس الصغار أن ثمت أمراً بغيضاً مرتبطاً بأجسامهم، ولا شك أنهم في هذه الحالة ينقلون إليهم ضرراً عانوا منه في طفولتهم.

إن الطفل حديث الولادة يدرك ما يحتاج إليه بدنه، من حاجة إلى الطعام، ومن حاجة لها نفس قوة الحاجة السابقة هي الحاجة إلى التخلص من الفضلات، ويشعر أيضاً شعوراً عاطفياً أكثر منه عقلياً أنه يعتمد على والديه لإشباع هذه الحاجات، وأنه يعتمد على أمه على وجه الخصوص. ويلاحظ الطفل–، هو ينمو– أن ولديه يسترون أجسادهم،

بل ويخفونها (مثلا عند الاستحمام وخلع الملابس) عندما يلاحظ الطفل هذا يتطبع في ذهنه فكرة أن هناك شيئاً غامضا ومخجلا أيضا– هذا إذن هو أصل النظرات الخاطئة إلى الجسم– وكل حادث مهما كان تافهاً وإن كان ليس بتافه عند الأطفال من شأنه أن يقوي هذه الفكرة أثناء مرحلة الطفولة.

يحتمل كثيراً أن يتركز هذا الاتجاه حول وظائف الإخراج– وطبيعي أيضاً أن تتحول بمضي الزمن إلى الوظائف التناسلية.

هل يضايقك كثيراً ضرورة الاعتراف بالاحتياجات البدنية في الحياة الاجتماعية؟

ويحدث– كذلك أن كثيراً من الناس– يعجزون عن الاعتراف بوجود وظائف بدنية ضرورية إلا عندما يجدون أنه لا مهرب منها في الحياة البدنية وتراهم يؤدونها وقتئذ ضيق وحرج شديدين.

ولكن هذا الضيق وهذا الحرج لا يمكن تجنبها في بعض الظروف تجنباً كاملاً. فالحقيقة أنه من وجهة النظر الاجتماعية يكون من المرغوب فيه أن تؤدي وظائف الجسم الخصوصية على انفراد، ويبدو– أيضا– أنه ينشأ عن تأدية أي نشاط على انفراد وسرية ميل إلى اعتباره نشاطاً مخجلا، وإذا كنا نأكل على انفراد كنا– ولا شك– نصدم إذا رآنا أحد ونحن نأكل.

ولكن لا يعد هذا مسئولا عن الشعور القوي بالخجل أو الذنب الذي يوجد عند الكثير من الناس مرتبطا بوظائف الجسم: لعله يعزي

أكثر من المضمون الأخلاقي الذي يخلعه على هذه الأمور الآباء غير المثقفين عندما يربون أبناءهم على النظافة في طفولتهم وعلى العفة في مرحلة المراهقة؛ وبذلك يرتبط الشعور بالخجل أو بالذنب بوظائف الجسم في عقول البالغين.

يتقبل الطفل الصغير وظائفه الطبيعية، ويهتم بها، وكثيرا ما يزهو عندما ينجح في تأديتها إلى أن يغرس في عقله الصغير شعوراً كاذباً بالخجل بتوجيه طائش من أحد الكبار المحيطين به. أن استعمال الوالدين لكلمتي "عيب" و"قذر" قد يترك تأثيراً خطيراً في ذهن الطفل أكثر مما يتصوران أو أن يقصدان، ولا يمكن للطفل أن يميز بين السلوك المهذب المطلوب منه، وبين الدافع إلى القيام بوظائفه الطبيعية في أي زمان وفي أي مكان يشعر بهذا الدافع.

وقد يؤدي توجيه طائش ملح بالطفل إلى الشعور أن ثمت "عيباً" و"قذارة" لا في الزمان والمكان الذين اختارهما للقيام بوظائفه الطبيعية وإنما في هذه الوظائف نفسها. وعندما تنطبع في ذهنه سرية جسمه وخاصة سرية الأجزاء الخاصة في جسمه- يحتفظ بهذا الانطباع طوال حياته.

ويعاني بعض المراهقين نفوراً مفاجئاً من الاحتياجات البدنية عندما يجدون أنفسهم فجأة وجهاً لوجه مع الحياة الجنسية التي لم يعدوا لها إعداداً عقلياً رابطين بينها وبين عقيدة القذارة التي ربوا عليها بسبب كون

أعضاء الإخراج مجاورة لأعضاء التناسل، وقد يصل الأمر ببعضهم إلى أن يمروا بمرحلة يعدون فيها الأكل أمراً مقززاً لأنه وظيفة حيوانية.

وقد شاعت بين فتيات الطبقة الراقية في الأجيال الماضية فكرة مؤداها أنهن– في سبيل أن يكتسبن شهرة بالروحانية، لا يصح أن يراهن أحد وهن يأكلن أكلة طيبة لذيذة. ولم يكن مستغرباً– في تلك الأزمان أن أقل اضطراب عاطفي يسبب لهن الإغماء، وأن الخيبة التي يلاقينها في الحب تسبب لهن تدهوراً.

واليوم يبدو لنا هذا السلوك مضحكا ويدعو إلى السخرية؛ ولكن من الغباء– ومما يدعو إلى السخرية كذلك، أن يخجل المرء من هيئة جسمه، ومن ضرورة تخليص جسمه من الفضلات لكي يحفظه في حالة من الصحة والانتظام؛ أو يشعر بالخجل عندما يستجيب الجسم للحوافز الجنسية التي تعبر عن جوع طبيعي يجب إشباعه، ويحقق غرضا مزدوجا– الأول أن ننشد تكملة أنفسنا بشخص من الجنس الآخر والثاني إنجاب الأطفال لحفظ النوع.

إذا كنا أصحاء جسما وعقلا أدركنا في الحقيقة وأهميتها لنا وأبينا أن نتجه اتجاهاً خاطئاً بسبب تربية خاطئة، يجب أن تكون غايتنا أن نحافظ على جمال أجسامنا في هيئتها الطبيعية، وأن نحافظ على صحة أجسامنا في وظائفها الطبيعية، وأن نحافظ على فائدة أجسامنا لنا وللمجتمع وللجس البشري كله.

كيف تكون وظائف الجهاز الهضمي- مثلا- غير مرغوب فيها وغير سارة، وهي وظائف تتضمن الأكل وتخليص الجسم من الفضلات عن طريق التبول والتبرز؟ إنها لمعجزة تقع كل يوم لأنه إذا كانت هناك كيفية أساسية تقيم الحياة الجسمية على المادة غير الحاسة، كانت هذه القدرة على التجديد التي تمكنا من أن نكون حساسين ومرنين- وأن نكون نمينا في الوقت نفسه القدرة على الاحتمال بدرجة كبيرة.

كيف يكون القيام بالوظائف التناسلية غير مستحب وغير سار، وهي وظائف سارة وصحيحة ونافعة؟

وأجدر بأولئك الذين يشعرون أن اتجاههم هذا وليد تربية خاطئة أن يفكروا في إقناع أنفسهم بالأخذ بوجهة نظر أكثر حرية وأكثر إنسانية، وأنهم ليؤدون خدمة عظيمة إلى المجتمع لو أنهم امتنعوا عن غرس مثل هذه الأفكار الضارة في عقول ونفوس الأجيال القادمة.

وما أجدر الآباء الذين عانوا من هذه الناحية ووصلوا إلى فطرة متزنة بجهدهم الخاص، أن يربوا أطفالهم تربية واقعية تجنبهم ألواناً من الصراع الداخلي غير الضروري.

هل تخاف أو تخجل من علاقات الزواج الجنسية

رأينا كيف تؤدي النظرة غير الواقعية إلى الجسم، وخاصة إلى وظائف الإخراج، إلى تركزها حول الجهاز التناسلي كلما اقترب الطفل من

سن النضج؛ ويحدث كثيراً أن يصبح هذا الجانب الحيوي الصحي من حياة الإنسان بؤرة لاختلال النفس البشرية.

ولكن من الواضح أن جسم الإنسان الحساس المرن يتطلب تحقيق حاجتين ضروريتين؛ وهو يحتاج– لكي ينمو– إلى تعويض الأنسجة التالفة إلى أن تكون له القدرة على النمو وهذا هو أساس عملية الهضم بكل ما تنطوي عليه هذه العملية؛ ويحتاج كذلك إلى أن يعيد خلق نفسه في صورة جديدة شديدة الشبه به وإن كانت تختلف عنه اختلافاً طفيفا في كل الأحوال. هو أساس الجهاز التناسلي بكل ما يشتمل عليه ذلك الجهاز.

ولو أننا شبهنا الكائنات البشرية بالسيارات لجاز لنا أن نقول أن كل "طراز جديد" يجب أن يعاد تصميمه ويعاد خلقه، ولن يكون ثمت أمل ولو ضعيف في التغير والنمو من غير فعل جديد من أفعال الخلق العجيبة المنفصلة. إن الموت ضروري للحياة من جهة أنه يفسح الطريق للمستقبل، ولتناسل ضروري لكي يضمن أن كل حياة جديدة ستكون تجربة جديدة.

وبدون العامل الجنسي لا يعني التناسل شيئا غير تكرار المخلوق السابق؛ ولنا أن نقول إن التناسل الجنسي إنما وجد لكي تكون كل ولادة جديدة عن طريقه عبارة عن امتزاج فرعين متباينين من فروع الوراثة، وبذلك تنتج خصائص مختلفة.

والتناسل ضروري لحياة الجنس لكي يضمن تعويض مستمر لوحدات الحياة، وضروري أيضاً لحياة الفرد لأن الطبيعة– لتحقيق هذا التعويض– قد غرست في كل منا دافعاً جنسياً قوياً وحاجة قوية لإشباع هذا الدفع. والحقيقة أن الطبيعة فعلت هذا وهي عازمة على ألا يتلوى غرضها، بحيث ربطت دوافعنا الجنسية ربطاً وثيقا بسائر الأعضاء والوظائف الجسمية والعقلية والروحية؛ وأي اختلال لأجسامنا وعقولنا وأرواحنا يتبعه حتما تغيير في قوى الدافع الجنسي وأسلوب التنفيس عنه. وإذا عطلت الحياة الجنسية لأسباب بدنية أو نفسية تأثر كل من الجسم والعقل والروح.

وكثير من الذئاب البشرية الذين نجدهم في قاعات المحاكم أو تقرأ عنهم في الصحف هم نتاج ما نالوه من أذى نمى فيهم خللا إيجابيا بدلا من أن ينمو نمواً سويا مستقيما– وتعزى كثير من العلاقات الزوجية الفاشلة، وأعمار العوانس الضائعة إلى أسباب مشابهة.

البداهة السليمة والجسم

نستخلص مما تقدم:

لا ينشأ عن الجسم في ذاته، وفي حقيقة وجوده، أية مشكلة ما دام صحيحاً وما دامت نظرتنا إليه صحيحة كذلك؛ ولكن إذا كنا نشعر به على نحو يجعل منه مشكلة في حياتنا كانت المسألة في أساسها مسألة اجتماعية باستثناء حالات المرض.

وقد نكون ونحن بعد أطفال قد استوعبنا فكرة مؤداها أن الوظائف الجنسية والإخراجية مخجلة في ذاتها مع أن الحقيقة أنها وظائف خاصة ويجب القيام بها في الوقت المناسب وفي المكان المناسب. وقد نكون قد تلقينا تعليما خاطئا أو فهمنا تعليما صحيحا فهما خاطئا لقصر سننا، بحيث نعتقد أن دوافعنا الجسيمة خاطئة ولا يمكن أن تكون دوافعنا الطبيعية مسألة أخلاقية إلا إذا أدت الانحرافات الشديدة إلى خلق ميول إجرامية، وإلا إذا سببت الحوافز الانفصالية تعبيراً بدنيا ضار بالآخرين.

لدينا دوافع تدفعنا إلى الأكل والشرب، وتدفعنا إلى التبول والتبرز– إذا راعينا فيها ما اصطلح عليه المجتمع، وإذا لم نبالغ في استخدام الأعضاء المعدة لذلك بسبب شراهتنا أو خجلنا، وإن لم نفعل هذا لن يكون ثمت خطأ على الإطلاق.

لدينا دوافع تدفعنا إلى التناسل– وإلى أن نشبع ونحقق طبائعنا بالاتحاد مع شخص من الجنس الآخر؛ وهنا تتعرض حريتنا لقيود وتحفظات معقدة؛ فإنه لما كان إشباع هذه الدوافع يتطلب أن نشرك معنا أفراد آخرين لهم حياتهم الخاصة، ومشاعرهم، وعقولهم فإنه من الواجب ألا تضطرنا رغباتنا الأثرة أن تؤذي هؤلاء الأفراد في حقوقهم.

إن ثمت أسباباً قوية تحتم ضبط الدوافع الجنسية لأنه بسببها قد تؤذي غيرنا ونحدث ضررا واسع الانتشار.

لذلك كان أول ما يجب أن ندركه لتحقيق الانسجام الداخلي أن الجسم، وهو أداة العقل والروح الضرورية، ليس في ذاته مخجلا ولا منافياً للأخلاق. ولا ينشأ الخجل بمنافاة الأخلاق أو ما يسمى: "بالقذارة" إلا عندما نستخدم هذا الجسم في ظروف وبطرق غير مرغوب فيها اجتماعياً وضارة بالآخرين.

والضرر في هذه الحالة– يعني شيئاً أكثر من إحداث الأذى الواضح البين؛ وإنها لحكمة وبعد نظر عند الكاثوليك أن يذكروا من بين أسباب الازورار عن الشر أنه قدوة سيئة للغير وأنه يضر بسمعة الآخرين من ناحية أخرى نجد أن الإساءة إلى معتقدات أي شخص يسبب لهم ألماً من غير أن يحصل على غايات مرغوب فيها ولا يكون تغيير نظريتهم إلى مدى واسع عن هذا الطريق.

ولذلك فلو أننا فهمنا أن ممارسة الوظائف الجسمية– وكذلك سائر الوظائف الأخرى– لا ينبغي أن يؤدي بنا إلى الخروج على ما أقامه المجتمع من عرف وتقاليد قصد بها أولا إلى حمايتنا، أقول إننا لو فهمنا ذلك لما سمحنا لأنفسنا بأن نركز اهتماماً منا حول البدن ونسيء بذلك فهما متزناً متناسقا.

ليس ثمت شيء غير صحي في تأدية وظائف الجسم الصحيح. ولا شك تكون الغلطة غلطتنا إذا وجد شيء غير صحي وإما لأننا أخطأنا في حق الآخرين بتقصيرنا في تأدية واجبنا نحوهم، وإما لأننا أخطأنا في حق أنفسنا بتقصيرنا في تأدية واجبنا نحو أنفسنا.

ويحسن أن نذكر هنا أن الذين يبالغون في أهمية الجسم يقعون في الغلطة نفسها التي يقع فيها أولئك الذين ينكرون أهمية. فالذين يعبدون الجسد ينكرون مطالب عقولهم وأرواحهم، وهؤلاء يفقدون التوازن ويحرمون من الانسجام الداخلي الكامل.

ويمكن الوصول إلى وجهة النظر السليمة، والفهم الناضج، إذا فطنا إلى أن الجسم لا عيب فيه وأنه الأساس الضروري للحياة الإنسانية– ولكنه واحد فقط من الأسس الثلاثة الضرورية لخلق الرجل الحق والمرأة الحقة:

الفصل الخامس

هل أنت في انسجام مع عقلك؟

من الاتجاهات المقلقة في الزمن الحديث الاتجاه إلى المبالغة في رفع شأن العقل في ذاته بغض النظر عن منافعه، وبالرغم مما يسببه من الأضرار بسائر الصفات البدنية والروحية التي تساهم في تكوين الإنسان الكامل. ولعل هذا الاتجاه هو نتيجة محتومة لانتشار التعليم واتجاهه إلى تحقيق أغراض نفعية أكثر من اتجاهه إلى أغراض علمية. وأصبحت المواهب العقلية أشبه بالرأسمال يستغل في اكتساب الثروة والسلطان وقد كانا في الأزمنة الماضية يكتسبان بقوة الساعد.

وقد قوى من هذا الاتجاه تدهور العقيدة الدينية، وتفشي الشك الأمر الذي أدى إلى الاعتماد على قوى الإنسان العقلية جد المحدودة كما تنبأ بذلك الشاعر شيلي عندما كتب مفتخراً بعقله فخراً جنونياً.

وكانت نتائج هذا الاتجاه العقلي متباينة، لم يتقدم العلم الحقيقي، وأرهقت عقول الفتيان أشد الإرهاق للحصول على الجوائز المدرسية وعلى العمل، وكثيراً ما استغلت هذه الجوائز استغلالا خاطئا؛ وأسوأ من هذا أن كثيراً من الشباب قد كبروا على إعلاء شأن المواهب العقلية إلى حد لا يمكنهم من إدراك الكائن البشري أو الحكم عليه ككل.

لا يقتصر الادعاء العقلي بالشخص الموهوب وحسب، على العكس نجد أن الذين شعروا بنقصهم العقلي في سنهم الأولى يظهرون احتراما مؤثراً للقدرة العقلية التي لا يشاركون فيها على نحو قد يؤدي بهم إلى تقدير قيمة العقل تقديراً خاطئا.

إنه لا يكفي النمو في جانب واحد من جوانب النفس الثلاثة حتى يقال عن الفرد إنه قد نما، وذلك لأنه ينبغي أن نحكم على الشخص من كل جوانبه ونواحيه. ولكننا اليوم نوقر (الخبير) و(المختص) توقيراً عظيما، بحيث ينسينا الامتياز في قدرة واحدة أن نقدر الكائن البشري تقديراً دقيقاً في جميع مظاهره.

فلو أننا أعجبنا بشيء إعجاباً إيجابياً زائداً إلى درجة جعلته يستثير خيالنا المبدع ليزعنا إلى أن نحقق في أنفسنا هذا الشيء، أما إن كنا قد أعجبنا بشيء إعجاباً زائداً ولكنه سلبي فإننا نميل إلى ألا يتحقق فينا هذا الشيء، ونتوقف عن الكفاح عندئذ من قبل أن يبدأ الكفاح (وذلك على فرض أننا نشعر في الحالين بما نحن عليه من نقص وقصور) وعلى هذا نجد أن اعتقادنا بقصورنا في المراحل الأولى من العمر يمنعنا من أن نكتسب القدرة المرغوب فيها ما لم يكن اتجاهنا نحو هذا الشيء إيجابياً بحيث يصبح حافزاً مهما يحفزنا إلى اكتساب هذه القدرة.

فإذا كنا نبغي حقيقة أن نعرف أنفسنا ونفهمهما علينا أولا أن نرى ما إذا كنا في إعجابنا بنوع من الصفات وأن نسأل أنفسنا بعد ذلك، عما إذا كان هذا الإعجاب يمنعنا من النمو إلى كائنات بشرية متكاملة.

ولكن هذا لا يعني أنه لا ينبغي أن تكون رغبتنا في التحصيل رغبة صحيحة سليمة بحيث نستغل مواهبنا الفطرية في أحسن وجوه للاستغلال وبحيث ننميها بالعمل الشاق والجهد المتواصل.

مثل ذلك أن الطفل الذي يشعر أنه غير محبوب قد يقرر لا شعورياً أن يثير الإعجاب ليملأ الفراغ العاطفي. ويحتمل كثيراً أن هذا الطفل عندما يغدو رجلا ويحاول أن يفهم نفسه يعترف بينه وبين نفسه أن اهتمامه المبالغ بناحية واحدة قد حقق له نجاحا؛ وفي الوقت نفسه حقق له خسارة لعلها تكون نقص العلاقات الطيبة بينه وبين سائر الناس.

وفي هذه الحالة له أن يفخر إذا استعاد التوازن إلا إذا كان قد بلغ سناً لا تسمح له باستعادة التوازن؛ ويمكنه أن ينمي إمكانياته المعطلة ويسير في حياته سيراً هينا من غير إجهاد إذا عرف أصل اهتمامه البالغ، وتكون النتيجة أن ينعم بمزيد من الحب، حبه الناس وحب الناس له وبذلك يغدو كائنا إنسانيا متكاملا راضيا عن نفسه كل الرضى.

وإذا بدا هذا مثاليا قلنا مرة أخرى إن من النادر أن يحقق إمرؤ كمالا في هذه الدنيا عن طريق التوازن الكامل، مع ذلك فإننا إذا حاولنا أن نخسر شيئا وقد نفوز بالشيء الكثير. والآن لنسأل أنفسنا الأسئلة الثلاثة البسيطة الآتية لكي نعرف ما إذا كنا نضع العقل في المكان الأول:

هل تشعر شعوراً قوياً بأنك متفوق أو متخلف عقليا عن معظم الناس الذين تعرفهم؟

يجب أولا أن نضع نصب أعيننا أن التفاوت بين عقلية الأفراد ليس واسعا كما يحب الكثير منا أن يعتقد؛ والتفاوت بين الأبله والعبقري، وهما على طرفي نقيض، ليس كبيرا كما قد يبدوا من الوهلة الأولى، وليس ثمت ما يمنع من الاعتقاد أن مدى واسعا من العقلية يمكن بجهاز أرقى وأدق من المخ البشري على الرغم من أن العقل البشري جهاز معقد ورائع. وهذه حقيقة لا تدعو إلى اليأس والقنوط فهي تفسح المجال لمزيد من النمو في المستقبل. وليس هناك ما يدعو إلى الاعتقاد أن التطور يقف عند الإنسان ولا يتجاوزه.

إن عقل الإنسان قد يتوقف– في آخر الأمر– على قيام غدة صغيرة في حجم حبة الفول بوظيفتها خير الأداء– ولهذا كان في غير مقدورنا أن نعدل أو نغير من طبيعة الذكاء الذي وهبناه، على الرغم من أننا نستطيع بتقوية إرادتنا أن نتحكم في حاضرنا ومستقبلنا.

فهل يكون هذا سبباً في أن يتسرب القنوط إلى قلوبنا؟

ليس هذا بالضروري اللازم، إن الذين حظوا بقوة عقلية أصبح لهم أداة نافعة جداً قد تحقق لهم ثلاثة أهداف إيجابية؛ يمكنهم بها أن يشقوا طريقهم في الحياة– وأن يخدموا المجتمع الذي يعيشون فيه، وأن يتابعوا الاهتمامات الثقافية التي تعني حياتهم وتنمي شخصياتهم؛ وليس لهم فضل في ذلك الشيء الذي جاءهم الأمر الذي يحتم عليهم أن يكونوا متضعين شاكرين لا مزهوين فخورين.

ومن جهة أخرى لا ينبغي على الذين لم يحظوا بالقوة العقلية الكافية أن يعتقدوا أنهم فقدوا الكثير لأنهم يشعرون بعجزهم أن يزيدوا قواهم العقلية فسيرون عما قليل أن عندهم ما يعوضهم مما حرموه.

نحن لا ننموا بدرجة واحدة سواء عقلياً أو جسميا؛ فقد نتوهم في بعض الناس حين نراهم في المراحل الأولى من العمر خيراً كثيراً ثم لا يتحقق مما عقدت عليهم من الآمال شيء؛ وقد نلحظ على بعض الناس في بداية حياتهم بطئاً في التقدم ثم يحرزون فيما بعد تقدما عظيما ملحوظاً. ومما يدعو إلى الأسف أن الآباء والمعلمين لا يدركون هذه الحقيقة الإدراك الكافي على الدوام؛ ومن الطبيعي أن الأطفال أنفسهم لا يلتفتون إليها- ولذلك يحدث كثيراً أن الأطفال يتأثرون تأثراً ضاراً عندما يحملون على الاعتقاد، إما أنهم أذكاء جداً، أو أغبياء جداً.

والذكاء الحاد والغباء- والاعتقاد الداخلي بالذكاء الحاد أو الغباء غير المدعم بالوقائع- كلاهما خطر على صاحبهما- يحرضهما إلى فقدان التوازن بين أنواع النشاط الذي يصنع الحياة الإنسانية المتكاملة.

فالطفل الذكي الذي يشجعه الثناء الطائش، وقد يحفزه جموع عاطفي عميق- قد يتجه هذا الطفل إلى تنمية عقله على حساب جسمه ولا يعاني جسميا من جراء هذا وحسب، بل وتعاني شخصيته أيضاً إذا اعتبر نفسه متفوقاً ممتازاً على غيره. وكذلك الطفل المتخلف قد ينطبع في ذهنه فكرة أنه عاجز غير كفء- وهو شعور طبيعي فينا من السهل الكشف عنه؛ وتكون النتيجة أن يزداد هذا الطفل تخلفاً ممتنعاً عن

استغلال قواه العقلية أياً كانت، وإذا نمى الشعور بالنقص كانت له نتائج بعيدة المدى في الحياة المستقبلة.

وليس من السهل أن نقول أي الطفلين بدأ البداية الخطأ.

إن الشاب الذي يدخل عالم الحياة العملية وهو مقتنع بأنه شعلة ذكاء وهو عاجز عن أن يجد مكانه المناسب في المجتمع، مثل هذا الشاب يجد صعوبة كبيرة في تحقيق حياة نافعة بين الناس. وكثيراً ما يفشل الطلاب الذين سجلوا تفوقاً ملحوظا في دراستهم الجامعية؛ يفشلون في حياتهم العملية لأن الحياة العملية بين الناس تتطلب ما هو أكثر من التفوق العقلي. ومن جهة أخرى عندما يعمل هذا الشخص بمفرده لعلمه أنه فشل مع الناس تبعده هذه العزلة عن تيار الإنسانية الرئيسي.

إن الطفل "المتأخر" قد يعبر عن شعوره "بالنقص" بأحد أساليب متعددة، فقد يصبح انطوائياً خانعا، أو قد يصبح ميالا إلى العدوان؛ وتنمو عندئذ في نفسه الموجدة والحفيظة ضد الحياة والمجتمع وقد ينتهي- في الحالات المتطرفة بالجناح الحقيقي الذي قد يكون أيضا وبطبيعة الحال خاتمة التطرف في الإعجاب بالنفس.

هل تعتبر أن التفوق العقلي يبرر النقائص الخلقية الكبرى؟

لا يزال الاتجاه الشائع أن نتلمس العذر للنقائص الخلقية عند بعض الأفراد، أو لأعمالهم الضارة بالآخرين إذا كانوا على ذكاء خارق، وقد يعزى هذا من أثر نظام التنافس في المدارس.

والمحنة التي يتعرض لها الذكي المتعلم أن يعزل نفسه عن شئون عامة الناس وعن التجارب الإنسانية؛ وهذا تجديف في حق وحدة الحياة وضريبة تفرضها حياة الوحدة، والشعور بتلك الوحدة وما تنطوي عليه من فشل يدفع إلى نوع من الانتقام يزيد انتهاك قواعد الحياة الاجتماعية، هذه حالة متطرفة ولكنها لا تخلو من أهمية لأن ميلنا إلى الصفح عن أخطاء من نعجب بأعمالهم معناه أن هؤلاء لا يجدون من يكبح جماحهم.

إذا كنا نشك في وجود مثل هذه الميول الاجتماعية عندنا علينا أن نترفع عن هذه الانتصارات الرخيصة التي يحصل عليها بالتفوق في الحيلة على حساب الجانب الخير في طبائعنا. ويبرهن أفلاطون بالمنهج السقراطي على أن أي كسب مادي حصلنا عليه على حساب تكامل شخصيتنا هو في الحقيقة خسارة تؤدي كلما تكررت إلى إفساد الروح، وهذه حقيقة ندركها على نحو غريزي عندما نلوم أنفسنا عندما نحصل على مغنم بإخفاء جانب من الحقيقة في القول أو بانحراف عن القصد في العمل. ونحتاج إلى حبنا للثناء لإسكات ذلك الصوت الخافت الذي يحاول جاهداً أن يؤكد أن ثمت قيما غير القيم البدنية والعقلية المحضة.

ولنؤكد مرة أخرى أنه يحق لكل منا أن نزهو بتوفيقاتنا في المجال العقلي وفي غيره من المجالات. ولكن إذا كنا قد حصلنا على هذه التوفيقات على حساب الروح أو البدن كان هذا الثمن جد غال. والذين يعيشون لأنفسهم فقط لزهور عقلي أو لشعور بنقص عقلي. ينكرون أول

مبدأ من مبادئ الحياة فلا ينبغي إذن أن يتوقعوا رحمة من الحياة نفسها أو من المجتمع.

هل ترى أن العقل والمنطق كفيلان وحدهما بهداية السلوك؟

لعلى أقوى إغراء يتعرض له (المتفوق عقليا) أن يرفع من قدرة العقل فوق كل معيار آخر، ويتعرض لهذا الإغراء هؤلاء الذين لهم مزاج معين أو يخشون الحوافز البدنية والروحية التي لم يتوافقوا عليها بعد أولا يثقون فيها، وهذا يؤدي- شأن جميع الحالات المتطرفة إلى تعاسة الشخص نفسه وتعاسة الآخرين.

من المرغوب فيه رغبة أكيدة أن ننمي قوانا العقلية إلى أقصى حد ممكن على ألا نهمل- في الوقت نفسه- سائر قوانا الأخرى. أضف إلى هذا أننا إن حاولنا تطبيق العقل والمنطق في الحياة اليومية خاصة على أحكامنا وفهمنا لأنفسنا ولدوافعنا؛ أن فعلنا هذا تجنبنا كثير من متاعب والآلام الإنسانية.

ولكن العقل وحده من غير اعتبار للحاجات الروحية والبدنية للشخص ولغيره من الناس، لا يعد عقيما وحسب، ولكن بعد مضللا أيضاً.

مثلا من السهل أن نقنع أنفسنا بالمنطق أن امتيازنا الخاص يخولنا الحق في الاستيلاء على ما يملكه الغير؛ فهذا المنطق ولو بدا مقنعا من الناحية الموضوعية إلا أنه لا يزال يتجاهل حاجات الخير وحقوقه والبدنية الروحية- فضلا عن أننا ننكر حاجاتنا وحقوقنا الروحية عندما نخطئ في

حق الآخرين.

ويقدم لنا ديستوفسكي في روايته العظيمة "الجريمة والعقاب" مثلا أدبيا رائعا. ولعل هذه الرواية الخالدة قد نبعت من تأملات الكاتب في مثل هذه المشاكل.

ارتكب راسكو لنكوف الطالب المعدم جريمة استحق عليها عذاباً معيناً هو وكل من كان يحبه– ألا وهو الشقاء العقلي. واحتاج الطالب إلى المال ليواصل دراساته، وكانت ضحيته عجوزا بخيلة عاشت حياتها باغية آثمة. ومع أن الدافع الحقيقي إلى هذه الجريمة كان مدفونا في العقل اللاشعوري لراسكو لنكوف– إلا أنه جعل يقنع نفسه بصواب فعلته المتعمدة على هذا النحو.

من جهة، هناك شبابه يذبل وقوته تضمحل لحاجته إلى الطعام... وهناك ألف عمل نافع ومشروع طيب يمكن القيام بها بمال هذه العجوز الذي قد أوقفته على أحد الأديرة... أقول لك أقتلها، خذ منها هذا المال وأوقفه على خدمة الإنسانية والصالح العام... ما قيمة حياة هذه العجوز البخيلة؟ ليست بأفضل من حياة حشرة دنيئة، كلا، إن حياة الحشرة أفضل من حياتها لأنها امرأة سوء.

بعد هذه الأدلة القوية يضع ديستوفسكي في كفة الميزان الأخرى كلمات فتاة جاهلة ساقطة هي الفتاة سونيا التي تفهم بغريزتها الطبيعية البشرية فهماً يتجاوز الفهم العقلي لها. قالت لراسكو لنكوف:

اذهب، اذهب الآن إلى أقرب مركز بوليس، اركع على ركبتيك، "قبل الأرض التي لطختها بدماء ضحيتك... واعترف... أنا قاتل"!

إن المنطق والعقل إذا خضعا للاعتبارات الإنسانية كان فيهما الخير الكثير، أما إذا بولغ في الاعتماد عليها كانا سبيل شر وبؤس عظيمين شأنهما في ذلك شأن الدوافع البدنية والروحية إذ بولغ فيهما.

البداهة السليمة والعقل:

والخلاصة:

إذا شعرت أنك متفوق عقليا على سائر الناس، فمن الخير أن تذكر أن الشقة ليست بعيدة بين أذكى أفراد الإنسان وبين الأجناس الدنيا نفسها التي تطور منها الإنسان، إذا نظرنا إلى العالم اليوم وضحت لنا حاجتنا إلى ما هو أعظم منا ليواجه مشاكل اليوم ومشاكل الغد، وقد تخلق الحاجة من هو أعظم منا، كما خلقت بالأمس مخلوقات جديدة، وخلقت الإنسان آخر الأمر. فلا فضل لأحدنا على آخر، ولا يقترب واحد منا من الرجل الكامل الذي قد يظهر بعد.

وخطأ آخر قد تتعرض له هو ميلك إلى الاهتمام بالعقل اهتماما قد يؤدي به إلى إهمال تنمية وتحسين صحة الجسم وقوته وبدونهما لا يمكن الوصول إلى شيء اللهم إلا ذكاء يومض من وقت لآخر.

وخطأ ثالث هو تبرير الأخطاء الخلقية على اعتبار أنها ليست بذات بال لصاحب عقلية ممتازة، أو أنه يمكن تبريرها بالعقل وحده فإنه يمكن أن يعد هذا انتحارا روحيا يقضي على كل احتمال للانسجام والقناعة الداخليتين. والعكس صحيح، وإذا كنت شعرت أنك أضعف عقلا من الآخرين، فقد حان الوقت لكي تبحث في داخلك عن الميول التعويضية التي منعك اليأس من البحث عنها. أنه يوجد لكل عائق عامل معوض؛ فالذين يفشلون في الدراسات الجامعية قد يكون لهم ميول في نواحي أخرى. قد يكون لهم عقل ميكانيكي "مهارة يدوية" أو قدرة فائقة في إنشاء العلاقات الإنسانية.

ولما كنا نسير قدما صوب نظام تربوي لا يقوم على أساس التفوق الدراسي وحده، فسيكون من الطبيعي كشف هذه الميول وتنميتها، وتنقذ الكثير من الأطفال الذين يحكم عليهما بأنهم أغبياء باعتبارهم عاجزين في جانب واحد فقط من جوانب النشاط الإنساني.

ومهما يكن ذكاؤك تذكر أنه ليس إلا جانبا واحدا من جوانب حياتك الثلاثة، يجب أن تنظر إليه على هذا الاعتبار وتنميه منسجما مع النشاط البدني والنشاط الروحي.

الفصل السادس

هل أنت في انسجام مع روحك

لا أحد ينكر أن روح الإنسان هي الجانب الحقيقي من طبيعته، لا ينكر هذا إلا صاحب الرأي المندفع العنيد. صحيح أنه خلال القرن الأخير حدث رد فعل النفاق الديني، والتظاهر بالتقى، بأن حاول الناس أن يجعلوا من المادية عقيدة في ذاتها: ويبدو أنه لا يزال مستحيلا على الإنسان أن يقيم التوازن بين الرأي والعمل، فإذا سادت نظرية ما في فترة ما سادت في الفترة التالية نظرية مناقضة لها.

ومن الغريب أن الذين حطموا الأصنام في القرن الماضي كانوا يحيون حياة روحية خاصة بهم معارضين في ذلك التيار السائد وقتئذ ومعلوم أنك لا تستطيع معارضة ضرب من ضروب النشاط الروحي إلا باصطناع ضرب آخر من ضروب النشاط الروحي كذلك. والحقيقة أن الذين تطرفوا في إخلاصهم للجدلية المادية قد قلبوا المسألة رأساً على عقب، وجعلوا من ماديتهم دينا جديدا. بل أكثر من هذا أنهم تعصبوا لدينهم الجديد تعصباً جعلهم على استعداد لأن يحرقوا خصومهم أحياء كما كان يحرق المتعصبون المارقون الخارجون على الدين في القرون المظلمة. إن الثوري المخلص قد وضع نصب عينيه الوصول إلى مجتمع جديد يحقق– ولو من الناحية النظرية– العدالة والحرية ومستوى أعلى

من المعيشة للناس؛ مهما يكن الدافع الحقيقي الذي دفعه إلى الثورة على المجتمع القائم. وهذا الهدف يسمو على المطامع الذاتية في جوهره؛ هذا الشخص يحيا حياة روحية لأنه أدخل في اعتباره الصالح العام ولو كان على خطأ في أفكاره وفي الأساليب التي يصطنعها لتنفيذها وتطغى الروح على ما عداها بحيث لا يمكن معارضتها إلا بعمل روحي آخر.

إن الحماسة التي كانت تظهر في تأييد الأديان القائمة في الماضي وجدت في الوقت الحاضر وسائل كثيرة للتعبير عنها فالحماسة باقية كما هي أيا كانت الصورة التي تظهر بها؛ وهي تعبير عن الروحية التي تتجاوز حسب الذات، والتي تبدو جانبا من طبيعة الإنسان لا يستغني عنه ولا يسهل القضاء عليه. وقد كان لهذا الجانب أخطاره وأضراره في الماضي في التعصب (الذي يعبر عنه الإنسان بالاضطهاد السياسي لا الديني) وظهر في نوع من "الزهو الروحي"؛ وهو خطأ شبيه بخطأ الزهو العقلي عند الذين يؤكدون قيمة العقل، وهذا الزهو مزلق ينتظر أولئك الذين اعتبروا الجانب الروحي هو الجانب الوحيد في حياة الإنسان.

هناك نفر قليل من الناس قد ركبهم العناد نتيجة زهوهم الروحي تراهم على يقين تام من أنهم على حق من أن غيرهم على خطأ. ولكن هذه الحقيقة نفسها كافية لكي تجعلهم يتريثون. لنحاول إذن أن نعرف إلى مدى وقعنا في هذا الخطأ.

هل نميل إلى إصدار الأحكام على الآخرين؟

إن الميل إلى إصدار أحكام متنوعة على الآخرين عيب شائع بحيث لا تجد أحداً مبرأ منه. ولك أن تتساءل: لماذا يعتبر هذا الميل عيباً مادام من الممكن النظر إلى أفعال الإنسان وقياسها بقياس ما؟ إذن لا يمكن أن تمنع نفسك من الحكم على الآخرين على أساس المقياس نفسه.

قد لا نجد كثيراً من الناس اليوم يعتقدون أن عندهم الميزان الصادق للحكم على الآخرين. ومعظم هؤلاء الذين يعتقدون هذا الاعتقاد من أتباع الأديان القائمة المخلصين الذين يبذلون محاولات صادقة لكي يحيوا وفق موازينهم الصادقة. وهؤلاء جديرون بكل تكريم وخصوصاً إذا نجحوا في الوصول إلى ذلك إلى حد معقول.

ولكن عندما يخطئ مثل هؤلاء الملتزمين ولو في أفكارهم عليهم أن يحذروا من إصدار أقسى الأحكام على تصرفات الآخرين البسيطة. وعندما نكون حريصين على أن تسمو فكرتنا عن أنفسنا نميل إلى إلقاء تبعة فشلنا على الآخرين الذين نلاحظ أنهم فعلوا ما فعلناه، أو ما كنا نبغي أن نفعله وخجلنا منه.

ومما هو جدير بالملاحظة بهذه المناسبة أننا في أعمالنا نلاحظ بحق أن الرغبة في عمل شيء جد قريبة من إتمام العمل نفسه؛ ومن الناحية الروحية تعتبر الرغبة والعمل سواء ما لم نواجه الإغراء صراحة ونشعر بتغلبنا عليه.

وهكذا يحدث كثيراً أن رجل الأعمال الذين أزور عن عمل مشروع يجلب عليه ربحاً وفيرا، هذا الرجل تجده قاسياً في حكمه على الآخرين وإذا تجاوز هذا الحكم الحدود كان دليلا على أنه قمع في أعماقه حافزاً قوياً يحفزه إلى أن يفعل الفعل الذي لام الآخرين عليه.

وتجيء قسوة أحكامه على الآخرين من خوفه من مواجهة نفسه بالحقيقة على عكس الرجل الذي عرف أنه جرب وطرح التجربة جانبا. يجب أن يكون المرؤ نقي القلب حتى يمكنه أن يقول: ولا أنا أدينك، اذهب ولا ترتكب الخطيئة مرة ثانية.

ويقترب عامة الناس من هذا المثل الأعلى عندما يسألون أنفسهم عن علة أحكامهم القاسية؛ وحتى إذا لم يصلوا إلى معرفة السبب امتنعوا عن لوم الآخرين ولاموا أنفسهم. وهذا الامتناع عن لوم الآخرين دين علينا للإنسانية لنفعنا. لا يمكن أن نعرف جميع الأسباب التي تكمن وراء أخطاء الغير، بل وأننا لا نعلم كل الأسباب التي تكمن وراء أخطائنا إلا بمشقة بالغة وبعد صبر طويل، ويمكننا أن نحاول أن نقدر إمكانياتنا البدنية والعقلية والعاطفية الوراثية والمكتسبة لأننا إن حرصنا على مواجهتها نملك البينة على مدى قوتنا ونعرف إلى حد ما قوة مغرياتنا، والقوة التي نواجهها بها.

فإذا كانت معرفة الذات تحتاج إلى ما نعلم من مجهود كبير فكيف نأمل إذن أن نكون في مركز يسمح لنا بالحكم على الآخرين؟ إننا لا نعلم على وجه التفصيل الجانب الوراثي والجانب المكتسب فيهم ولا نملك

ذكرياتهم أو تجاربهم. ولم نبدأ حتى في تقدير واحد منهم. فنحن لا نستطيع أن نعرف على وجه الدقة الأسباب التي ساهمت في جعلهم على الصورة التي هم عليها، ومهما كنا نرغب في رؤية القليل عنهم، ونرى أفعالهم- ومهما كنا نشعر أننا على حق عندما نصدر أحكامنا؛ مهما يكن ذلك لا يزال يجب علينا أن نمتنع لأن الجهل بالحقائق الجوهرية يقتضي هذا الامتناع.

هل تشعر أن معتقداتك الدينية، والفلسفية والسياسية هي مرشدك الحقيقي في الحياة؟

يتعرض الذين يعيشون وفق مبدأ ارتضوه- أياً كانت طبيعة هذا المبدأ- لإغراء قوى للتعصب، ويرفضون التصديق أن العقائد الأخرى يمكنها أن تحقق أساساً لحياة خيرة. وهذه حقيقة تدعو إلى الرثاء لأن العقائد الدينية والفلسفية بل حتى العقائد السياسية في هذه الأيام تسعى إلى تحقيق أهداف وغايات متشابهة. ويقع الاختلاف في وسائل تحقيق هذه الأهداف والغايات.

وللأسف أن هذه الآراء لا تظل آراء وحسب إذ يبدو أنه لا مفر من أن يعتقد كل من يعتنق رأياً من الآراء أن هذا الرأي وحده الممكن وأن غيره مستحيل. وأكثر من هذا أننا نميل إلى النظر إليه باعتباره ملكا شخصياً لنا، أو أنه امتداد لأنفسنا، فلا نقبل أن يوجه إليه النقد كما لا نقبل أن يوجه إلينا النقد. وندافع عنه مهما كلفنا هذا الدفاع. ومن

المؤسف أن تحز بنا يؤكد نقاط الاتفاق عندما تتشابه اعتراضات خصومنا مع اعتراضاتنا في نهاية الأمر.

وفيما يختص بالدين من الخير المتعصبين أن يتذكروا أنهم ما كانوا ليتزحزحوا عن تأييدهم لعقيدة تختلف عن عقيدتهم لولا حدث متعلق بمولدهم، ولو كانوا ولدوا في مكان آخر وزمن آخر. ولولا الاختلاف في الأزمنة والأمكنة لكان المتعصب المسيحي هو بعينه المتعصب المسلم، هو بعينه المتعصب الهندوكي، هو بعينه المعصب الوثني. والمتعصب الذي ينكر هذه الحقيقة يدفن رأسه في الرمل كما تفعل النعامة.

ويرد المتدينون المخلصون على هذا القول أنهم لو سلموا بأنهم لو وجدوا في زمن آخر لكان لهم عقيدة أخرى إلا أن هذا لا يستدعي بالضرورة كذب العقيدة التي يعتنوها. لا شك أن هذا حق، يجب النظر إلى كل عقيدة وإلى كل ما تعلمته من قواعد الحياة على أساس مزاياها الأصلية، وكثير من الناس يؤكد لهم الاقتناع لا التحامل أن عقيدتهم هي وحدها العقيدة الحقة.

حق في هذه الحالة الأخيرة لا يحق لهم الزعم أن غيرهم من الناس ضائعون لاعتناقهم عقائد غير عقيدتهم. أن المبادئ الأساسية لمعظم الأديان الكبرى متشابهة، ويبدو أنها تقوم على حقيقة فلسفية مشتركة حسن جدا أن نحيا وفق نظامنا، ومع ذلك ليس من الضروري أن نصر على أنه النظام الوحيد.

إن الذين يبدو أنه غير متدينين بمعنى أنهم لا يترددون على مسجد أو كنيسة قد يكونون قد توصلوا إلى نتائج فلسفية تصلح أن تكون مرشداً صادقا في الحياة، وفي النهاية كل فرد يجب أن يواجه ضميره. ولا حاجة إلى التدخل بين الفرد وعقيدته.

لا شك أن بعض الناس يتخلصون في سن مبكرة من صوت ضمائرهم بشيء من خداع الذات والتبرير بطريقة تثير العجب. مثل هؤلاء يؤذون غيرهم ولا يكفون عن ذلك ما دامت مصلحتهم الشخصية تتطلب هذا، وقل أن يعترفوا بأنهم يرتكبون إثما، وحتى هؤلاء لا يحق لكل أن تدينهم ولو كنت على يقين من صدق عقيدتك وحرصا على مد يد العون إليهم ساعدهم بقدر ما تستطيع ولكن لا يحق لك الحكم عليهم ما دمت مثلهم معرضا للخطأ.

ومن جهة أخرى، إذا التقيت بمن حسنت طويتهم وأعمالهم، ولكنهم يختلفون عنك في العقيدة الدينية أو المذهب السياسي، لماذا لا تحاول أن تجد أساساً مشتركا لغاية نبيلة بدلا من الخوض في جدل عقيم حول الاختلاف في العقيدة.

هل تكتفي من الدين بأداء طقوسه وشعائره

أم تحاول تطبيق مبادئه في حياتك اليومية؟

يبدو أن قليلا من الناس يجيبون عن هذا السؤال بالإيجاب، ولكن الملاحظة تقنعنا أن الكثيرين خليقون بأن يجيبوا بالإيجاب لو التزموا

الأمانة التامة في الإجابة، ويحتمل إذن أن نكون من بين الذين لم يواجهوا بعد هذه الحقيقة المؤلمة. ماذا عسى أن نجد إذا حرصنا على ملاحظة أفعالنا يوما بعد يوم، وحاولنا أن نعرف ما إذا كنا في الحقيقة نطبق العقائد التي نعظ بها في الأمور الصغيرة التي تقع منا كل يوم؟ يقيناً أننا سنجد أننا فشلنا كثيراً.

ولا يدعوا هذا إلى اليأس. ففي أحوال كثيرة نتعرف ما يجب أن نسلكه ولكننا لا نسلك هذا المسلك لضعفنا أو لنقص ضبطنا لأنفسنا. كل ما نستطيع أن نفعله هو أن نسلك وفق ما تسمح به طبيعتنا البشرية ولكن كم منا يشك هكذا؟ من السهل أن نذكر عددا قليلا من الخطايا الصغيرة التي تسبب متاعب كثيرة– الغيبة إيثارنا لأنفسنا بالمركز الأفضل، أن نسمح لرغبتنا في السعادة بأن تطغى على حق الآخرين في السعادة أيضا.

قليل من الناس من تنطوي جوانحهم على شر شنيع. وكثير من مآسي العالم سببها أننا لم نفكر أو نسأل أنفسنا عما إذا كنا قد حصلنا على ما نرغب فيه من غير أن نؤذي الغير ولكن هناك حكمة واحدة اتفقت عليها أديان العالم جميعها هي: عامل الناس بمثل ما تحب أن يعاملوك به.

ونحن كلنا نحفظ هذه الحكمة جيداً، ولكننا في كثير من الأحوال نهمل العمل بها، نميل إلى أن نقفز إلى النتيجة أن ما نريده حق بالضرورة، ونجد أنه من السهل أن نخدع أنفسنا ونبرر تصرفاتها؛ هذه

عملية لا شعورية يمكن التحكم فيها وضبطها إذا أخذنا حذرنا لها ومنها وشيء من ضبط النفس بعد فترة قصيرة من التفكير كفيل أن يجنبنا الوقوع في مشاكل لا سبيل إلى تجنبها في النهاية إلا بإيذاء الغير فضلا عن إيذائنا أنفسنا.

إن الدين وما قد يندرج تحت هذا اللفظ من مبادئ خلقية نحاول أن نسير بمقتضاها– أن هذا الدين الذي لا يذكر إلا يوم الجمعة أو يوم الأحد، وإلا في فترة من الحماس أثناء جدل فلسفي، هذا الدين لا يفضل أي دين آخر وأنه يتيح لنا أن نرضى عن أنفسنا، ونظن في أنفسنا الخير والصلاح طالما نقيم شعائره وكفى.

ليس أمامنا إلا أمل واهن في أي تقدم روحي مادمنا بهذه العقلية. والتقدم الروحي لا يتحقق إلا التواضع. جبلنا جميعاً على الوقوع في الخطأ، ولن نقترب من الكمال الروحي إلا ببذل مجهود دائم في حياتنا اليومية لنطبق المبادئ التي ندين بها على أفعالنا، أو تترجم إلى الأفعال ما ندعيه بالأقوال. والتقدم الروحي ليس معناه بالضرورة أن نكون قديسين أطهار، ولكن معناه أن نأخذ أنفسنا ونأخذ غيرنا باعتبارنا كائنات بشرية تشترك في نقائص متشابهة، وتسعى جاهدة إلى تحقيق هدف مشترك.

البداهة السليمة والروح:

والخلاصة:

لنحكم على أنفسنا على نحو أقصى مما كنا نفعل من قبل ونواجه الحقائق المتصلة بنا بقدر ما نستطيع من صراحة ولنمتنع– من جهة أخرى– من الحكم على الآخرين ما دمنا لا نعرف الأسباب الكاملة لأخطائهم.

لنحيا وفق عقيدتنا حذرين من الوقوع في الهفوات ولنمتنع– من جهة أخرى– من فرض عقيدتنا على الآخرين الذين لهم الحق كل الحق أن يحيوا ويتدينوا ويعتقدوا كما يشاءون.

ولنتذكر أننا في حاجة إلى بذل الجهد لنحيا وفق مثلنا العليا ونحن نواجه كثيراً من المشاكل ومتاعب الحياة اليومية التافهة، ولا تجعل الأفعال الطيبة التي تزيد من حلاوة الحياة أمراً نادر الوقوع ولكنها لحمة الحياة اليومية وسداها.

إن حياتنا الروحية جانب حقيقي من جوانب وجودنا الثلاثة، لا يجب أن تنمى على حساب الجسم والعقل، ولكن يجب أن تمتزج مع هذين الجانبين عل نحو متسق.

الجزء الثاني

الاستفادة من معرفة الذات في السلوك اليومي في الحياة

كان هدف القسم الأول من هذا الكتاب تبيان المبادئ التي لا تخضع لها الحياة الإنسانية وحدها فحسب، بل كل أنواع الحياة بل يخضع لها- في الحقيقة- كل الوجود. إذا كان هناك نظام عام في الوجود وهناك أدلة كافية على وجوده- كان الطريق الأكيد إلى القناعة هو أن نتبع نظاماً مشابها له في حياتنا الفردية والجماعية.

ولذلك وضع الجزء الثاني من هذا الكتاب لنرى كيف يحسن أن نطبق في الحياة العملية النظام الذي نعتبر جميعاً جزءاً منه. ولذلك فإن الفصول التالية ستبدو هزيلة إذ قورنت بالفصول السابقة بما فيها من نظريات هامة. وقد قصد بالفصول التالية- مع ذلك- أن تكون مرشدا للسلوك في الحياة اليومية، وهو سلوك يتألف من أشياء صغيرة كثيرة.

وسنشير دائماً لا إلى المثل العامة بقدر ما نشير إلى مشاكل الحياة اليومية- وقد يكون لهذا السبب مفيداً أن تطبق في حياتك اليومية المبادئ التي تهيئ للحياة الناجحة.

الفصل السابع

كيف تحاول "تقويم شخصيتك"

يبدو أن الهدف المشترك للحياة الإنسانية هو الوصول إلى تحقيق الذات والانسجام سواء بالنسبة لنا أو في علاقاتنا بتيار الحياة العام ونحن جزء منه، إذ لابد أن تكون نقطة البداية هي الوصول إلى فهم واضح لأنفسنا، أو على الأقل الوصول إلى فهم فيه من الوضوح بمقدار ما تسمح به طبيعة الإنسان الناقصة.

يجب أن نحاول أن نرى أنفسنا في وضوح وجلاء كما يجب علينا أن نحاول أن ننفذ ببصائرنا إلى الأسباب التي جعلتنا ننمو ونصل إلى ما نحن عليه الآن. وبهذه الطريقة وحدها يكون من الممكن أن نبذل مجهوداً شعوريا نحاول فيه توجيه نمونا عند الضرورة إلى وجهة أكثر نفعاً.

لقد وقع ضرر كثير بسبب الأخطاء الشائعة في فهم علم النفس؛ وهذه غلطة علماء النفس أنفسهم إلى حد كبير بسبب تأكيدهم لتأثير الوراثة والبيئة في تكييف الشخصية.

حقيقي أن تجارب الطفولة وتعاليمها تترك طابعا قوياً، ولكن ليس حقيقاً أن هذا الطابع لا يمكن التخلص منه. وأولئك الذين يدعون أنه لا مهرب من تجارب الطفولة يتخلصون بسهولة من المسئولية الشخصية.

والحقيقة أن كثيراً منا لا يهربون؛ ولكن الطريق مفتوح دائما إذا حرصنا على أن نبحث عنه.

والخطوة الأولى هي معرفة النفس.

وطبيعي أن هذا سهل من الناحية النظرية، ولكنه صعب من الناحية العملية. الأفضل أن نواجه الحقيقة القائلة أنه صعب. والحقيقة أن الوصول إلى معرفة النفس عمل من أشق الأعمال بالنسبة للرجل أو المرأة. ولكنه كأي عمل شاق أجزل مكافأة.

سنجد في الفصول التالية عدداً من الأسئلة تتصل بنا اتصالا وثيقا، ومن الأصوب أن نقلب الصفحات ونستخرج هذه الأسئلة ونوجهها إلى أنفسنا من وقت لآخر ونجيب عنها بصراحة قبل أن نقرأ الفقرات التي تلي كل سؤال.

ومن البديهي أن ندرك أن لا تتم بهذه الطريقة السهلة معرفة النفس من جميع نواحيها. والأسئلة التي ستجدها في الصفحات التالية صيغت على نحو يقرب من التناول الصحيح كحكمة العصور القديمة "أعرف نفسك" والحقيقة أنه كلما تقدمت في طريق معرفة النفس كلما أمكنك أن تسأل نفسك مزيداً من الأسئلة يكون لها اتصال وثيق بتكوينك الخاص وبمزاجك. وغني عن البيان أن النتائج التي قد تصل إليها بمحاولة معرفة النفس لا تفيد إلا إذا جاءت نتيجة صراحة كاملة. لكل منا نواح غامضة مظلمة ونحن نميل جميعا إلى التساهل في محاسبة

أنفسنا بل وكثير من الناس سيعجزون عن إدراك بعض الحقائق التي تتصل بهم والتي تكون ظاهرة واضحة لمن يعيش معهم. نحن نميل إلى الإغضاء عن غلطاتنا ولا نغفر للغير غلطاتهم.

إذا كنا أمناء حقيقة كانت النتيجة الأولى لتحليل أنفسنا هو معرفة حدود قوانا وإمكانياتنا؛ وهذه الحقيقة كافية كي تجعلنا متواضعين إذا كنا عقلاء حقا. وليس من سبب يدعو أن تجعلنا هذه الحقيقة نشعر بالنقص. والشعور النقص الشديد ليس شعوراً صحيا، ولكن الشعور المناسب بالتواضع له قيمة إيجابية في مساعدتنا لفهم أنفسنا وفهم الآخرين. ومن المفيد أن نتحقق أن أخطاءنا هي أخطاء الجنس البشري كله. وأن محاسننا هي أيضاً محاسن الجنس البشري كله. عندئذ يمكننا أن ندرك أن مشاعرنا وأفكارنا ليست في جوهرها فردية كما كنا نعتقد ولكنها مشاعرنا وأفكارنا تشترك فيها الجماعة التي نعيش معها.

يشعر كل منا أنه كائن متميز عن غيره وندهش عندما نكشف أن غيرنا يفكر على نحو ما نفكر. وقد نشعر جميعاً أننا أقل من غيرنا. وندهش– مرة أخرى عندما نجد أن هذا الشعور ليس وفقا علينا وحدنا.

هذه مشاعر وهمية في الغالب كل منا كائن متميز فريد؛ وهذا القول ينطبق على جارنا كما ينطبق علينا، ويشعر كل منا أنه ربما يكون أوفى من غيره ويحاول أن يعاود هذا الشعور بإقناع نفسه أنه ربما يكون متفوقا على غيره. والحقيقة أننا جميعا خلقنا من طينة واحدة، ويتوقف نجاحنا أو فشلنا في النهاية على نقائصنا أو مزايانا؛ ولذلك لا يحق لنا أن نعتقد أننا

كائنات متميزة عن غيرها منفصلين عنهم نسعى فقط لتحقيق فهم شخص أو لتحقيق رقي شخص.

ومهما يكن الأمر فمن الضروري أن نحاول أن نقدر أنفسنا، أن نعزل أنفسنا فترة قصيرة. أنه أمر ضار بالصحة النفسية والجسمية أن تقضي حياتك وأنت تركز تفكيرك حول نفسك فقط، كما أنه من الضار أيضاً أن تقضي حياتك معتنيا بجسمك عناية فائقة، وقلقا دائما على صحة جسمك، ومع ذلك فثمت أوقات يجب علينا فيها أن نواجه الحقائق عن أنفسنا؛ وهذا واجب على وجه الخصوص عندما نشك أننا ضللنا الطريق في الحياة على نحو ما.

كيف تستخدم "تقويما شخصيا" لذاتك؟

لنفترض جدلا أنا تأملنا الأسئلة التي سترد في هذا الكتاب وفكرنا فيها مليا، وأضفنا إليها أسئلة تتصل بنا على نحو لا يعرفه أحد غيرنا، ما عسى أن تكون النتيجة النهائية لتحليلنا لأنفسنا؟

إذا منحنا أنفسنا الدرجة النهائية في الإجابات عن الأسئلة كان من الأفضل أن نعيد النظر في هذه الأسئلة. لأننا في الحقيقة تقوم مقام القاضي والمحلفين. لعلنا قد أغرينا القاضي أن يكون رحيما أكثر مما يجب تجاه المتهم. وعند إعادة النظر تجيء أفكار تكشف عن بعض مواطن الضعف لا نحب أن نعترف بها؛ ولكن هذه الأفكار تظهر على نحو غير متوقع. وعندئذ يجب أن تكون أقوياء ونسلم بها:

هناك طريقان يظهر بهما فائدة الصراحة أو الأمانة الشخصية.

أولا- أنها تبين الإجراءات التي نحتاج إليها لننتج باعتبارنا كائنات بشرية.

ثانيا- تبين الحاجة إلى العفو عن أخطاء الغير التي قد تنجم عن أسباب تنجم عنها أخطاؤنا.

وإذا عرفنا بصراحة أنفسنا كان من العبث التشبث بموقفنا قائلين: أجل أنا أعرف أني كذلك ولكن...

ونمضي في تقديم تفسيرات ظاهرها الإقناع لماذا نحن هكذا. وقد تكون تفسيراتنا حقيقية صادقة ولكنها لا تفيدنا في شيء، والعمل الإيجابي هو البحث عن الوسائل التي نستطيع بواسطتها التغلب على مصاعبنا ونقضي- عند الضروري- على الآثار التي تركتها فينا.

يجب أن نكون صارمين مع أنفسنا، ولكن ليس لنا الحق في أن نكون صارمين مع غيرنا.

وثمت سبب وجيه- وجيه حقا- يدعونا إلى جعل هذا المسلك قاعدة رئيسية في حياتنا، وليس هذا من قبيل النفاق والعاطفية الرخيصة بحال من الأحوال؛ وهذا السبب الوجيه هو أننا نميل بطبيعتنا إلى التحيز لأنفسنا.

إذا كنا نلعب بكرة تميل دائما إلى ناحية معينة احتجنا إلى بذل

مجهود كبير لكي نجعلها تتجه وجهة مستقيمة؛ ونحن نلعب لعبة الحياة بكرة تميل دائما ناحية معينة؛ وما لم ندرك هذه الحقيقة لا نفهم لماذا نرتكب أحيانا أعمالا وضيعة من غير أن يكون لنا فيه ظاهرة لذلك.

يصدق هذا على أنفسنا، ويصدق أيضا على غيرنا؛ ولذلك تكون نتيجة امتحان النفس وضبطها ألا نقسو في أحكامنا على غيرنا، ونميل جميعا إلى أن نحسن الظن في أنفسنا، وعندما نتغلب على نقيصه أو إغراء في أنفسنا يتملكنا زهو روحي إلى حد ننفر منه من رؤية الآخرين يضعفون أمام إغراء أو خطأ وجدنا نحن صعوبة كبيرة في التغلب عليه.

وهذا مسلك غير حميد لأن معناه أننا نرفع أنفسنا فوق الآخرين ونعزل أنفسنا عنهم لأننا بذلك نقع في غلطة أخرى مهما اجتهدنا في تجنب غلطة قديمة، وتبدو فائدة فهم النفس وضبطها عندما تساعدنا على فهم ضعف الآخرين وسهولة إغرائهم. وأنهم لم يتعلموا الحاجة إلى فهم النفس أو أنهم لم يمنحوا القوة الكافية للوصول إليه ولن نعرف متاعبهم ونقائصهم ما لم نعرف متاعبنا ونقائصنا.

وستجرى مع معرفة النفس والتواضع السماحة وسعة الأفق التي سيكون لها نتائج إيجابية تملأ حياتنا بحب الآخرين والعرفان بالجميل، وحقيقي أننا سنتألم من أولئك الذين يستغلون طيبتنا، وأن هناك الكثير من الناس لا يميزون بين الضعف والقوة الروحية، ولذلك علينا أن نعرف بالتجربة الحد الذي تنقلب بعده الطيبة إلى ضعف حقيقي. ولكن

يستحسن دائما أن نخطئ بسبب الطيبة والتسامح من أن نمتنع عن فهم الآخرين الذي نشاركهم نقائص الطبيعة البشرية.

ويبرز الحب العظيم والظروف الطارئة خير ما فينا– ولكن هناك نفراً من الناس لا يظهرون شجاعة وتضحية في مثل هذه الظروف ولو أنهم يبدون أنهم يعتمد عليهم في الظروف العادية. وفي سبيل كسب معركة الحياة اليومية ضد دوافعنا الذاتية، يجب أن ننمي تدريجيا قدرتنا على ضبط النفس في الأعمال الصغيرة التي تحتاج إلى السيطرة على النفس.

ولن نقترب من الكمال الإنساني إلا إذا حرصنا وعملنا مخلصين على أن نعامل الغير كما نحب أن يعاملونا. وهذا درس نتلقاه في السنين الأولى من حياتنا عندما نتحول من "الملك الآمر في المهد" إلى العضو النافع في العائلة الذي يعرف حقوقه وواجباته. إلا أننا للأسف– لا نطبق هذا الدرس خارج نطاق العائلة إلى الجماعة التي تصبح جزءاً منها.

وإذا تعلمنا ونحن بعد أطفال بطريق مباشر أو غير مباشر أن هناك من يوجد بجانبنا– وأن لهم حقا في الوجود مساو لحقنا؛ إذا تعلمنا هذا امتنعنا عن كل نشاط أناني، نتعلم أن ضبط بعض الوظائف البدنية وتأديتها في المكان والزمان اللائقين، وبذلك نساهم في الرحلة العامة. نتعلم أن نمتنع عن إصدار الأصوات وإحداث الجلبة التي تقلق الآخرين. ونتعلم أن نقمع دوافعنا والتي تزين لنا استخدام العنف في أي وقت تظهر فيه هذه الدوافع لصالح الآخرين ولصالحنا أيضا.

وإذا لم نتعلم كل هذا وأبينا أن ندركه أن عضوية الجماعة الكبيرة تتطلب الحد من مطالب النفس الصالح العام، وإذا لم نتعلم هذا أصبحنا مصدر متاعب للمجتمع إذا كنا نعرف حقوقنا وواجباتنا في العائلة وجب أن نعرف حقوقنا وواجباتنا في الحياة الجماعية التي تشترك فيها عندما تكبر.

إن أساليب العمل المنافية للأخلاق مكروهة، والفرد الذي يصطنعها مكروه أيضا لأن هذه الوسائل هي في الحقيقة اعتداء على الصالح العام وإذا لم تقاوم جلبت الفوضى وجعلت الحياة العامة لا ترقى على مستوى الحياة في الغاية؛ وهذا من شأنه خفض المقاييس العامة فتسوء العاقبة بالنسبة للجميع.

ويمكن أن نرى بوضوح عللا وآثار مشابهة في مجال الحياة الجنسية التي يرتكب فيها الكثير من الأخطاء، والذين يعدون أنفسهم شرفاء لا يلقون بالا إلى الهفوات الجنسية التي يرتكبونها، ويتعللون بأسباب كثيرة لهذا ولكن يجب أن نعلم أن الحياة الجنسية لا يمكن أن كون حرة، ولا يمكن أن تشبه الحياة الجنسية للإنسان بالحياة الجنسية للحيوان؛ لأن الحياة الجنسية للإنسان تتطلب مشاركة بين فردين لا من الناحية البدنية وحسب، ولكن من الناحيتين العقلية والروحية.

ويستطيع الإنسان أن يحيا حيوانا في شئونه الجنسية والعائلية والعملية أيضا إذا كان لا يضيره أن يحيا حياة (فرس البحر) وحياة

الثعالب، ولكن هذا الميل علامة من علامات الاضطراب العميق داخل الفرد، ويدل على توقف نمونا العاطفي.

ويجب ألا يغيب عن البال أن الهدف الأساسي لكل رجل عاقل ولكل امرأة عاقلة أن يصلا إلى الرجولة الكاملة والأنوثة الكاملة؛ وبذلك يصلان إلى مرتبة الإنسانية الكاملة. وإذا كان ذلك كذلك يجب أن نطبق الدروس الأولية التي تعلمناها لضبط السلوك الطفلي، في مشاكل السلوك الإنساني الأكثر تعقيداً التي تبرز في المجال العقلي والمجال الروحي، تحتاج في كل مرحلة من مراحل حياتنا إلى إجراء إصلاح، لأننا جميعاً نرتكب أخطاء؛ ونظل نرتكب هذه الأخطاء طوال حياتنا، فإذا غلفنا أنفسنا في غلالة روحية، وأبينا أن نعترف بأن آراءنا وأفعالنا خاطئة كانت النتيجة أن أخطاءنا تزداد سوءاً.

ولكننا إذا حاولنا أن نضبط أنفسنا في كل ميدان من ميادين الحياة، وأصبحت لنا عادة محاسبة النفس وتصحيح أخطائنا نجحنا في أن نكون نافعين لأنفسنا وللمجتمع.

يجب أن نبدأ بالأمور الصغيرة حتى يمكننا أن نكون العادة النافعة التي ستكون مقالة دائما طوال حياتنا.

وإصلاح النفس ليس أمرا سهلا، والذي يظنه كذلك لم يتعمق فهم طبيعته وعندما نبدأ في إصلاح أنفسنا نجد أنفسنا وقعنا في أخطاء وتمر أيام يبدو لنا خلالها أننا لم نتقدم خطوة واحدة. ولكننا إذا ثابرنا وتذكرنا

دائما أننا نحيا كأفراد في المجتمع لا كأفراد منعزلين، إذا فعلنا ازدادت تدريجا حصيلة التفاهم العامة، وبالتالي ازدادت سعادة الإنسان.

وكلما ازدادت حصيلة الإنسان من التفاهم والسعادة كلما زاد نصيبنا فيهما.

الفصل الثامن

خلاصة "التقويم الشخصي" لذاتك

لعل أفضل معالجة عملية لكثير من المشاكل الصغيرة التي تقلق الكثير منا وهي التي تنشأ غالباً من متاعب الحياة اليومية. نقول لعل أفضل معالجة عملية هي النظر في سلسلة من الأسئلة التي تتصل بالأخطاء التي نشترك فيها جميعاً.

ومن البديهي أن هذه الأسئلة لا نهاية لها إذا أخذنا في تحليل الكثير من الأخطاء التافهة التي ترتكبها يوما بعد يوم. ولا يقصد بالأسئلة التالية أن تكون شاملة، ولكن لتكون فقط بداية مناسبة نبدأ منها فحص سلوكنا في حياتنا اليومية.

١- هل أميل إلى لوم غيري عندما تسوء الأمور؟

إذا التزمنا الأمانة الكاملة في إجابة هذا السؤال كان الجواب:

نعم. ويمكننا أن نبرر هذا الجواب بالادعاء أننا نبذل دائما المجهود لنأخذ نصيبنا في اللوم عندما تسوء الأمور. ولكن الحقيقة المرة أننا جميعاً نبادر إلى لوم الآخرين قبل أن نفكر في لوم أنفسنا.

وهناك سببان لهذا كما بينا آنفا.

١- أننا نتلمس عادة أخطاء الغير على نحو إيجابي، بينما لا نصل إلى مراقبة أنفسنا موضوعيا وهذا لا يكون إلا من طريق ضبط النفس وبالمران.

ب- أننا نميل إلى نقد الآخرين نقداً قاسياً لأننا لا نحب أن نعترف بأننا نتعرض للإغراء مثلهم.

كل هذه الأسباب إنسانية وطبيعية إلى حد يجعلها مفهومة ولا لوم عليها ولكن هل ترغب في أن تستمر في هذا الطريق؟ والغلطة التي ترتكبها بلوم الآخرين بسبب أخطائنا قد يكون لها آثار بعيدة المدى وفي النهاية نضر أنفسنا ضرراً يفوق الضرر الذي كان سيلحق بنا لو أننا واجبنا تبعه عملنا من البداية.

والضرر الذي تسببه يقع على:-

١- الشخص الملوم.

٢- علاقتنا بهذا الشخص، وعلاقتنا بأي شخص يشهد ماذا حدث.

٣- أنفسنا.

ففي الحالة الأولى- لنفرض أننا أوقعنا بشخص ما ضرراً إيجابياً هذا ما يحتمل وقوع في ميدان الأعمال- عندما نلوم غيرنا على خطأ ارتكبناه نريد بذلك حماية أنفسنا وبتسرع ومن غير تفكير. ولا يهون من شأن هذه الحقيقة- أن تكون المسألة تافهة والضرر بسيطا.

وفي الحالة الثانية– يترتب على ما حدث في الحالة الأولى أن الشخص الذي وقع عليه الضرر مهما كان بسيطا يتولد عنده شعور بالنفور منا– بل وأكثر من هذا أننا نكره هذا الشخص لا لشيء إلا أننا نعرف أننا أخطأنا في حقه، وتنشأ هذه الكراهية من هذا الشعور المكبوت بأننا قد أثمنا في حقهم وعلى هذا النحو تنبثق العداوة التي لا موجب لها من بدايات تافهة– وقد ينجم عنها في المستقبل نتائج سيئة.

ولن ننجو أيضاً من اتهام بعض الذين شاهدوا الحادث الذين لا يعطفون علينا، والذين لن يغفروا لنا هذا العمل مع أنهم قد يفهمون ضعف طبيعتنا البشرية.

ثم ماذا عن الضرر الذي نوقعه بأنفسنا؟ ولا يمكن إسقاط هذا الضرر من حسابنا لا بسبب إلا لأننا لا نتحقق من وجوده– ففي كل مرة نغفر لأنفسنا خطأ نقوي من قبضة هذا الخطأ على أنفسنا وكل مرة نحاول فيها أن نتظاهر أننا نخلو من مواطن الضعف فإننا نوهن من قوتنا مواجهتها والتغلب عليها.

ولكن هذا هو ما نفعله دائما في حياتنا العائلية أكثر مما نفعله في أي مكان آخر. أن حياتنا العائلة التي يجب أن تكون أفضل أساس لمجتمعنا– هذه الحياة العائلة هي في الغالب مصدر لكثير من المآسي التي تنتقل من جيل إلى جيل بسبب واحد وحسب أننا نميل إلى أن يكون سلوكنا في البيت أسوأ من سلوكنا في أي مكان آخر بسبب الألفة بيننا وبين أقرب الناس إلينا.

لا شيء أكثر إيلاما للنفس من التباعد والجفوة بين الأخوة والأخوات، أو بين الوالدين وأبنائهما. ولكن التباعد والجفوة هؤلاء ليس بالشيء النادر الوقوع. وليس السبب اختلافا عميقاً في الاهتمامات والمصالح والآراء، وليس سببه النية السيئة والقصد الفاسد إنما السبب هو أن الآباء والأبناء لا يتوخون في حياتهم العائلية مراعاة قواعد السلوك الحميد- ولا مبادئ الأخلاق الطيبة كما يفعلون خارج المنزل.

ونحن معرضون لأخطاء مشابهة في الحب وفي الزواج. ولعل السبب الرئيسي في هذا هو النظرة الفاسدة التي اكتسبها الشاب منذ صغرهم: من الأحاديث التي يسمعونها من الكبار، ومن الكتب التي يقرأونها، ومن الروايات السينمائية التي يشاهدونها؛ فمعظم الشبان يكبرون وعندهم عقيدة ثابتة في خرافة الحب الرومانتيكي، وتراهم يتوقعون أن يقعوا في حب فتاة جميلة من أول نظرة، وأن يعيشا في سعادة إلى آخر حياتهما.

وقل أن يعرفوا أن الزواج هو محاولة لحياة مشتركة بين شخصين يختلفان الوراثة وفي النشأة وفي المزاج؛ ويتعرض كل منهما للوقوع في الخطأ. وليس بمستغرب إذن عندما تسوء الأمور في الحب أو الزواج أن يلقي كل منهما اللوم على شريكه لأنه عجز عن أن يكون كما صورته خرافة الحب الرومانتيكي.

من الممكن أن نفوز على حب شخص آخر على غير جدارة منا. وإذا نحن انتظرنا أن نحب حسب جدارتنا كم منا سيحب من أشخاص

جديرين بنا؟ ونحن نستخدم هنا لفظة "جدارة" لأنه لا ينبغي التهوين من شأن قدرة الإنسان أياً كان على الحب الصادق. ففي العالم أمثلة على الحب الصادق الحقيقي المضحي لا يمكننا التقليل من شأنها. ولا شك أن الأمر يحتاج إلى بذل مجهود لنفهم أنفسنا حتى لا نحطم حبنا بلوم شريكنا بسبب خلافات تافهة لابد أن تقع بين الزوجين أو بين الجيلين. فالحب إذا كان من السهل اكتسابه فليس من السهل الاحتفاظ به.

وما دام حبيبنا أو صديقنا بشراً مثلنا فقد يكون هو أو هي على خطأ في وقت من الأوقات، أو قد نكون نحن على خطأ، فمن الخير من جهة أخرى– أن نتذرع بشيء من الصبر ونحاول أن نكون متسامحين ولو قليلا عندما يضايقنا الطرف الآخر أو يؤذينا؛ ومن الخير أيضا أن نواجه الحقائق عندما يكون الخطأ من جانبنا نحن.

هذه– في الحقيقة– هي القاعدة الأولى التي يجب أن تخضع لها العلاقات الإنسانية سواء في العمل أو في البيت أو في الحب.

١- لا تلم غيرك قبل أن تمتحن سلوك وتسأل نفسك أولا.

٢- هل أنت سخي في الثناء على الآخرين سخاءك في نقدهم؟

وللأسف أن جواب معظمنا هو في الغالب النفي، فنحن بشر نميل بسبب ضعفنا الفطري أن نذم أكثر من أن نمدح.

فلماذا؟

أن هناك أسباب ثلاثة مرتبطة بعضها ببعض:

أ- أن نقد الآخرين وذمهم هو تعويض عما نشعر به من نقص وعدم كفاءة، وتعويض عن شعورنا الداخلي بعيوبنا، ونتخلص من الشعور بالنقص هذا بإسقاطه على من ننقد.

ب- ومن جهة أخرى نضن في بذل المدح للآخرين لأننا نشعر أننا عندما نثني على شخص فإنما نذم أنفسنا.

ج- يبدو أن مدح الآخرين ينطوي على إنكار لأقدارنا نحن وخصوصا إذا كنا نمدح فيهم صفة تعرف أنها تنقصنا، على حين أننا عندما ننقد شخصا آخر نشعر بالتفوق عليه.

وقد تبدو هذه الأسباب مبالغاً فيها، ولكننا إذا كنا أمناء في فحص استجاباتنا الغريزية نبين لنا أنها في مجموعها صادقة.

تميل الأكثرية منا إلى نقد الآخرين إلى حد يثير دهشتهم: ولو كنا مقتنعين أنه لا يحق لنا أن نحكم على الآخرين أو أن ندينهم. والذي يحدث كثيراً أن الذين يحرصون على ألا يصدروا أحكاما في المسائل الكبيرة لا يكفون في كل يوم عن الإلقاء بتعليقاتهم المتنوعة التي تنطوي على نقد للآخرين: نقد معتقداتهم وأخلاقهم وأعمالهم وأسلوبهم في الحياة. ولكن هذه هي العبارات الحقيقية الجارحة التي نلقي بها بدون مبالاة في مجرى حياتنا اليومية؛ هذه العبارات هي التي تجلب علينا النتائج غير السارة.

في مقابل هذا النقد كم مرة نثني على شخص، أو نثني على شيء على نحو تلقائي؟ من المؤلم أن نرى أننا جميعا لا نثق في أنفسنا بحيث نشعر أننا لا نستطيع أن نعترف اعترافاً لائقا بقدر الآخرين ومواهبهم.

إن خيراً عظيما يرجى لو استطعنا أن نجعل الجنس البشري يمتنع عن نقد الواحد الآخر نقداً خفيفاً. وليس معنى هذا أنه عندما تستدعي الضرورة في بعض الأوقات وفي المناسبات الخاصة أو العامة ألا يوجه النقد لبيان الأخطاء التي يقع فيها الغير أو للومهم على الأضرار التي يسببونها.

إن التغاضي عن مسلك الغير غير اللائق ضار به وبعلاقاتنا به، ويعادله في الضرر أن نثور على هذا المسلك ثورة عنيفة. فعندما يكون للتوبيخ ما يبرره فلا مندوحة منه، ويكون للتوبيخ أثره إذا قام به شخص معروف يضبط نفسه وفهمه للأمور أكثر مما يكون له حين يقوم به شخص معروف يتسرعه في نقد الآخرين بلا مبرر حتى لا يجد المسيء فرصة في تبرير عمله أمام نفسه. وليس من الصواب بعد ذلك أن نظل نذكر المسيء بإساءته زمناً طويلاً. فالاستمرار في التقريع واستخدام العبارات الجارحة لا يفيد ولا يصلح المسيء وإنما يسيء إلى العلاقات بيننا وبين هذا الشخص.

إذا استحق شخص الثناء كان من الواجب أن نبذله له ولا نستجيب لدوافع الأنانية الذي كثيراً ما يمنعنا من بذل الثناء لمن يستحقه. والثناء المخلص الذي يختلف عن الملق يدخل السرور على الشخص الذي

يلقي عليه كما يدخل السرور علينا؛ ويمكن أن يكون حافزاً قوياً للقيام بالأعمال اليومية. إذا وجدنا صعوبة في بذل الثناء لمن تعرف أنه يستحقه، يجب أن نسأل أنفسنا كيف نكون غير واثقين من أنفسنا بحيث نشعر أننا غير قادرين على البذل والسخاء.

إن اللياقة وحسن التقدير وضبط النفس صفات فعالة في تيسير أمورنا في العمل وفي البيت. فنحن في كل آن محاطون بأناس لهم طبائع مثل طبائعنا، ولهم حاجات مثل حاجاتنا؛ وأكرر هذا القول لأن في التحقق منه مفتاح الحياة الناجحة، ويجب أن نتخذ منه عدداً قليلا من القواعد البسيطة التي تهدينا في حياتنا.

حافظ على كرامة الغير كما نحافظ على كرامتك.

تجنب النقد الخفيف، واذكر الناس بالخير على قدر ما تستطيع.

وإذا لم يكن يد من توجيه النقد القاسي فمهد له ببعض عبارات التقدير ولا توجهه في خشونة.

إذا استحق شخص الثناء فابذله له، كن كريماً في بذله.

٣- عندما يكون هناك ما يقلقني هل أصب جام غضبي على الآخرين؟

إن هذا السؤال يتصل بالسؤال الأول وبالسؤال الثاني، وإن كان لا يساويهما في الأهمية إلا أنه يتناول أموراً تافهة تسبب كثيراً من المتاعب. يبدو منا الغضب على كثير من الأمور التافهة التي لا أهمية لها واستمرار

الغضب يقلب حياتنا جحيما لا يطاق؛ ولا نحاول السيطرة على أنفسنا لتفاهة السبب كما نفعل في الأحوال الخطيرة.

تمر بنا جميعاً أوقات نغضب فيها ممن حولنا، لا لسبب إلا أننا نبغي التنفيس عن أفعالنا المكبوتة. فالقلق الذي يستحوذ علينا يهتبل (ينتهز) أول فرصة للظهور ولو كانت الفرصة غير مناسبة لائقة؛ ويصعب السيطرة على أنفسنا في مثل هذه الأحوال لأننا نكون فيها عادة مرهقين جسما وعقلا إلى حد نعجز عن بذل أي مجهود للسيطرة على أنفسنا؛ هذا إن لم تكن حدة الطبع قد أصبحت عادة.

يحدث هذا كثيراً ولا حاجة بنا إلى إيراد الأمثلة، إلا أننا نستطيع أن نضرب المثل بالرجل الذي يثير المتاعب فيا لعمل بسبب متاعبه المنزلية، أو على العكس بالرجل الذي يثير المتاعب في المنزل بسبب متاعبه في العمل.

وقد يكون من الصعب أن نبذل مجهوداً مضاعفاً لضبط أنفسنا في مثل هذه الأحوال، ولكن لا مفر من هذا لأنه هو الطريق الوحيد لحل مشاكلنا والتخلص من متاعبنا. فإذا وقعنا فريسة لحدة الطبع وجب جمع شتات قوتنا لضبط أنفسنا. إن حدة الطبع تعقد الأمور لمن يعيشون معنا، وهذا من شأنه أن يعقد الأمور أمامنا نحن فسيجيء وقت ينفذ فيه صبر من يعيشون ويعملون معنا مهما كانوا يحبوننا ويحترموننا. وأنه لا جدوى من أن نكون أكفاء في عملنا إذا كنا نحيل حياة الآخرين جحيما لا يطاق.

ولا جدوى في طموحنا إذا اشتهرنا بين الناس بأننا ذوو طبع حاد شرس، ولا جدوى من أن نحب أزواجنا أو زوجاتنا إذا كنا نصب على رؤوسهم جام غضبنا في كل لحظة. إن حدة الطبع وحدها لا الأزمات الخطيرة هي التي تفسد الأعمال وتحطم الزيجات.

هذا من الوضوح بحيث لا ينكره أحد وللأسف أننا نفعله.

وهذا العيب لا يعالج في يوم وليلة، ولكن نحاول القيام بخطوات مترددة في سبيل السيطرة الكاملة.

لا شك أننا جد مختلفين مع أننا خلقنا من طينة واحدة فبعض الناس يستحوذ عليهم الغضب أسرع من غيرهم. ولكن لا يقبل عذر من يقول أنه خلق هكذا– فهذا بعض التفسير يقبله من يحبوننا ولكنه ليس بالتفسير الكامل.

لم يبق أمامنا إلا أن نبذل مجهوداً للتغلب على نقص يزيد من صعوبة الحياة لنا ولغيرنا.

ليس من العدل أن يأسى الناس بسبب حالتك العقلية أو حالتك الصحية، وأنك لتظلم نفسك إذا لم تجعل الناس يرونك على حقيقتك.

٢- خلاصة التقويم الشخصي لذاتك

٤- هل أحاول دائما تفهم وجهة نظر الشخص الآخر؟

لا شيء يتشبث به الواحد منا بإصرار كما يتشبث بوجهة نظره؛ ولا يهمنا إطلاقا كيف وصلنا إلى وجهة النظر هذه التي تشبث بها ما دامت أصبحت وجهة نظرنا عاملناها كأنها صفة شخصية، أو كأنها أصبحت جزءاً منا يجب الدفاع عنها كما ندافع عن أنفسنا ضد أي هجوم. ونكون أشبه بالرجل الذي يحب نفسه خلال من يحب، فيستوي القول: هذه وجهة نظري، والقول: وجهة نظري هي أنا. وإننا لنجد أن أوسعنا أفقاً يتصرف على هذا النحو. جرب أن تناقش رأياً أو تحقره فتجد صاحبه وقد تلاحقت ضربات قلبه، وتصاعد الدم حاراً إلى وجنتيه، وتقلصت عضلات حنجرته كأنما لحقته إهانة بالغة؛ فثمت ارتباط وثيق بين أجسامنا وعقولنا وأرواحنا.

ولكن متى تحققنا من ميلنا القوي إلى التمسك بالآراء التي قبلناها وتحققنا من حماسنا لجذب الآخرين إلى قبول آرائنا؛ متى تحققنا من هذا لا شك أننا نهتم كثيراً بكيفية وصولنا إلى هذا الرأي.

إن كثيراً من الآراء التي نعتز بها هي ضرب من الهوى، أو نتيجة الهوى، أو نجمت عن الاستجابة العاطفية (الانفعالية) لظرف من ظروف الحياة. فإذا كانت الآراء تحركنا ذات اليمين وذات اليسار كما تشاء، وجب أن تقوم على أساس متين مدعم.

اجلس لحظة وافحص إلى أي حد تتحكم أفكار ثابتة في آرائك وأفعالك، وإلى أي مدى يحترم الآخرون أفكارك هذه؛ ثم اسأل نفسك عندما تختلف الآراء هل تعطي عادة لآراء الغير القدر من الاعتبار الذي تطالبهم بأن يعطوه لآرائك؟

إن الذين جاوزوا مرحلة المراهقة، ووصلوا على الخصوص إلى سن النضج من غير أن يعتنوا العناية الكافية بنمو شخصياتهم؛ إن هؤلاء يحسنون صنعاً لو أنهم استخرجوا آراءهم القديمة المخزونة، فلكل منا ركن مهمل ما بين العقل والعاطفة تختزن فيه أفكار فنتشبث بها مع أنها قد تكون عديمة الفائدة، بل وأكثر من هذا قد تعوق طريقنا.

ولم نبالغ في القول أنها تعوق طريقنا. وإذا كنا من صلابة الرأي بحيث لا نسمع لأية فكرة جديدة أن نخترق نطاق هوانا، فنحن نقف في طريق الفرص المتاحة لنا في التقدم والنمو، ويجب أن تكون حياتنا كلها في نمو متصل.

إن الذين يحب الكتب لن يبني مكتبة ويملأها بالكتب دون أن يترك مكانا للكتب الجديدة؛ قد يفعل هذا من يتظاهر أمام الزوار بأنه

يملك مكتبة، ولهذا الغرض تراه يشتري مكتبة كاملة ولا يقرأ منها كتاباً واحدا.

إن الذي يحب المعرفة حباً صادقاً يفضل أن يبدأ بمكتبة فارغة ويضيف إليها الكتب تدريجيا حتى تنمو شيئا فشيئا.

ولا يمكن القول أن منا من يبدأ وهو خال من الأفكار بل وأن كلا منا يجيء إلى هذه الدنيا وهو مزود بميول وراثية لاتجاهات عقلية معينة. لا شك أننا نستوعب قدراً من الأفكار الشائعة خلال طفولتنا من تعاليم والدينا ومعلمينا. ومن الأفلام التي نشاهدها والكتب التي نقرؤها. ومن الانطباعات التي تطبعها فينا أحداث الحياة.

إذا كنا نستطيع أن نسيطر على أفكارنا القديمة المهملة المختزنة علينا أن نفحصها.

وكلنا يعرف أناساً لا يتعبون أنفسهم في فحص أفكارهم، إنهم أولئك الذين يقولون متيقنين "أن الأمر هكذا" ولا يسمحون لك بتلفظ ولو بكلمة واحدة تلقي الشك على أقوالهم. ولكن ألا يحتمل أننا نتصرف على هذا النحو في بعض الأحايين؟

لا شك أننا لو تدربنا لحظة واحدة لأدركنا أننا لو فعلنا هذا لضايقنا غيرنا كما يضايقنا الغير عندما يتصرف هكذا، والحقيقة أن هذه "الدجماطيقية" لا تعد دليلا على المعرفة وإنما تعد غالبا دليلا على الغرور. لماذا يتملكنا الغرور لأننا نشعر بهوان أقدارنا قدرنا في ناحية من

النواحي، ونحاول أن نرجح الكفة الأخرى بتأكيد أنفسنا من ناحية أخرى، إن الدجماطيقية تدل دلالة واضحة على شعور عميق بالنقص ما لم تكن يقينا في أمر نعد مختصين فيه، كما تدل أيضا على الشعور بعدم الأمان نحاول أن نهرب منه بالالتجاء إلى أمان وهمي قائم على الهوى.

تتحكم استجاباتنا الفطرية في عقلنا على هذا النحو الآلي المعقد إلى حد يمكن القول معه أن الغالية الغالبة من الجنس البشري تتحكم فيهم طبائعهم الفطرية بحيث لا يستطيعون أن ينظموا حياتهم العامة أو الخاصة بالرغم من إدعاء الإنسان بأنه حيوان عاقل.

وإذا كنا نبغي أن نعرف إلى أي حد يصدق هذا القول علينا– علينا أن نراقب أنفسنا عندما نتجادل في موضوع يهمنا كثيرا– سواء أكان الموضوع دينيا أم سياسيا أم أخلاقيا، وإذا كان لنا رأي في هذا الموضوع أيا كان علينا أن نراقب أنفسنا لنرى كيف تكون استجابتنا عندما يدلي شخص برأي مخالف لرأينا.

هل تسمع رأي هذا الشخص، وتقاوم رغبتك في مقاطعته؟ هل تلتزم في إجابتك حدود المناظرة المنطقية من غير أن تصبح عنيفاً قاسياً ظالما؟ وهل تستطيع على أي حال أن تفهم لماذا يفكر الخصم على هذا النحو وتعترف له بحقه في أن يظل يفكر على هذا النحو حتى وأنت تعارضه في الرأي؟

إن معظمنا يتظاهر بالإصغاء إلى أقوال الخصم دون أن يبذل له

الانتباه الكامل؛ على العكس يتركز الجانب الأكبر من وعينا إلى إعداد حججنا، بل أننا إذا أصغينا إلى ما يقول لا نفعل هذا إلا لكي ننتهز الفرصة المواتية للتعبير عن آرائنا بقوة وإقناع.

وما أشبهنا في ذلك بالشخص الذي يسأل غيره النصيحة ويرجو أن يرشده أن يفعل نفس ما عقد عليه العزم أن يفعله، وعندما يعرض شخص عن الأخذ بنصيحة مجرب نصوح حكيم يكون السبب دائماً أن النصيحة لا تتفق مع نية هذا الشخص القوية، ولو كان لا يشعر بها. وإذا كنت قد مررت بتجربة مماثلة عرفت علامات الخيبة والغضب أيضا التي تظهر عليك تجاه الناصح لأنه لم ينصحك بالنصيحة التي تتفق مع هواك:

هكذا الحال عندما ترفض الاستماع إلى وجهة نظر شخص آخر بخصوص مسألة تتحامل عليها تحاملا شديدا فتدخل عواطفنا في أمر من أمور المنطق الصرف. والحقيقة أنه يمكن القول أنه عندما نجد أنفسنا عاجزين عن الإصغاء في انتباه كامل للتعبير عن وجهات النظر المخالفة لنا، عندما نجد أنفسنا كذلك. يجب أن نشك في الحال في أننا لا نصدر في التدليل على أفكارنا عن عقل أو تجربة ولكن عن هوى محض.

يقتضي هذا استخراج الأفكار المهملة المختزنة، لا بفحص طبيعة كل فكرة وحسب ولكن للبحث عن مصدرها ومدى نفعها.

لذلك نسأل لماذا نتعب أنفسنا كل هذا التعب؟ لأنه قد يكون من

الصعب تتبع مصادر أفكارنا إلى أشياء كدنا ننساها حدثت أيام طفولتنا أو في شبابنا، ويحتاج الأمر إلى فحص نفسي دقيق يعتمد على معرفتنا الجديدة بأنفسنا.

هناك عدد من الأسباب الوجيهة تتصل بالعلاقات الإنسانية التي تعد أساساً للنجاح في الحياة الخاصة وفي العمل.

(أ) إن التشبث بآرائنا كما رأينا يكون في الغالب تعبيرا عن الشعور بالنقص والقلق. وهذا الشعور لا بد أن نتحقق منه ونوازنه إذا كنا نرغب في تنمية شخصياتنا تنمية كاملة.

(ب) يقف الهوى عقبة دائما في سبيل المعرفة الكاملة؛ والفهم العميق لغيرنا ولأنفسنا.

(ج) إن الشخص الذي لا يتحول عن رأيه لا يرجى له أن ينجح في حياته مادام يعادي الأشخاص الذي يجب عليه أن يحترمهم ويحبهم.

وهكذا نرى أن رفضنا تفهم وجهات نظر الآخرين يلحق بها الضرر الذي يصيب علاقاتنا بالآخرين ويصيبنا نحن في أنفسنا، شأن أخطاء الشخصية الأخرى، وهذا يصدق على الحياة العملية، والحياة العائلية على السواء.

٥- هل أنا مستعد للتخلي عن رأيي إذا كان خطأ بعد الاطلاع على رأي الغير؟

لنفترض أننا تعقبنا مصدر آرائنا الرئيسية بحيث فهمنا الآن إلى أي حد تصدر عن التعامل، والهوى أو عن الاستجابات العاطفية للظروف والحوادث التي مرت بنا، أو أنها تصدر عن اعتقاد صادق (وهذا مجرد فرض لأننا جميعاً لا يمكن أن نحقق هذا الهدف على الوجه الأكمل. ولكن على الأقل نقترب منه بعض الاقتراب).

ونحن نعرف الآن مثلا أن ما نحس به من مرارة إزاء الظلم الاجتماعي مرجعه إلى تجربتنا الشخصية وما نعانيه من فقر أو ظلم. ولا يعني هذا أننا مخطئون في كراهية الفقر أو الظلم، فنحن قد نصل إلى هذا الرأي عن طريق الاقتناع بعد أن وصلنا إليه عن طريق الهوى الشخصي. ولكنا الآن وقد تخلصنا من المرارة التي نحن بها فستصبح حججنا عقلية أكثر منها عاطفية.

وقد نرى أننا لا نزال نبني آراءنا الأخلاقية على الهوى بدون اعتبار للعقل، ومع ذلك فلا يزال الاحتمال باقيا أو آراءنا صحيحة ما دامت تقوم على أساس منطقي معقول. وإن كان الطريق الذي وصلنا به إليها هو طريق خاطئ.

فمثلا هو جم نظام الزواج من أناس ظنوا أنهم حرروا أنفسهم من الهوى والتحيز، وأنهم على صواب عندما يصرون على أن تكون رسالتهم في الحياة أن يحرروا غيرهم من قيود الزواج، مع أن المعرفة النفسانية

العميقة تكشف لنا عن أن الزواج وتكوين العائلة يتجاوبان مع حاجات شخصية الإنسان الأساسية.

ولا نقصد بفحص أفكارنا القديمة المختزنة أن نطرحها كلها، وإنما نقصد أن نستبين صحة كل فكرة على أساس جديد، وأن نبقى عليها أو نطرحها بعيداً وفقاً لمقياس غير عاطفي.

ولنفترض أننا فحصنا هذه الأفكار فكرة فكرة بعناية كبيرة، وقررنا لأسباب معقولة أن نبقى عليها جميعا. وإذا كان الأمر كذلك وجب علينا أولا أن نفحص ذواتنا لأنه يحتمل كثيرا أن حكمنا باستبقاء كل هذه الأفكار لم يكن حكما نزيها لا تؤثر فيه الأهواء ولو بطريقة غير شعورية؛ هذه الأهواء التي نسعى للتخلص منها.

ولو كنا من هؤلاء الناس الممتازين الذين تؤكد أحكامهم العادلة الآراء التي جمعوها خلال السنين الطويلة. ولو كنا من هؤلاء الناس نفحص ذواتنا فلن يذهب وقتنا الذي ننفقه في ذلك هباء وأنه لعمل يستأهل ما ينفق فيه من وقت.

أما إذا كنا نتمسك بآرائنا لأنها وليدة التحيز فقط، أو لأنها وليدة الاستجابة للظروف والحوادث، إذا كانت وليدة هذا أو ذاك فلا يمكن أن تكون كلها صحيحة إلا إذا وقعت معجزة ولكننا نتمسك بها بشدة ونلصق بها شيئاً من الشعور العاطفي لأنها وليدة هوانا، أو وليدة الظروف التي ألمت بنا. وهذا هو السبب عينه الذي من أجله تبعدنا هذه الأفكار

عن فهم أفكار الغير التي تختلف عن أفكارنا.

وقد تسأل: إذن أمن الضروري أن نفهم الآخرين الذين يتمسكون بآراء خاطئة على نحو ما صورت؟ ويجب أن يكون الجواب نعم. ما دامت حياتنا تحتم علينا الاتصال اليومي المباشر بغيرنا من الناس وما لم نفهم الناس ونتحقق من أن مشاعرهم مشابهة لمشاعرنا من أن عملياتهم الذهنية تخضع للعاطفة كما تخضع لها عملياتنا الذهنية؛ ما لم نفعل ذلك فقدنا الأمل في أن نحبهم وأن يحبونا، وفي أن نصل إلى نجاح حقيقي في الحياة.

ولا يتأتى لنا أن نفهم كيف يتمسك الآخرون بآرائهم على أساس شخص إلا إذا كنا نتمسك بآرائنا على أساس غير شخصي. على هذا النحو نستطيع أن نغفر لهم خطأهم الإنساني. وهذا التسامح لا ينبغي أن يكون تفضلا منا على الآخرين، ولكن بطريقة تقوم على فهم تام وصداقة حقيقية توحي إليهم بالثقة بنا، ولا تثير عداوتهم لنا مادمنا قد وجدنا أن ثمت أفكارا كثيرة من أفكارنا تستحق أن تطرح بعيداً لأنها خاطئة.

وإذا كنا قد وصلنا إلى الادعاء بأن آرائنا يؤيدها التحليل النزيه؛ إذا كان هذا هو ما حدث استمد يقيننا قوة جديدة، قوة غير عاطفية تنقذنا من خطأ محاولة فرض أفكارنا على الغير. ولكن يجب ألا نتأخر عن فحص موقفنا من جديد عندما نتحقق لا من خطأ أفكارنا التي نتمسك بها بشدة وحسب، ولكن عندما نتحقق من أن الأفكار المضادة لأفكارنا مرغوب فيها.

ومن الواضح أننا يجب أن نغير رأينا عندئذ. ولا شيء غير الغرور العدائي، والمبالغة في اعتبار الذات يمنعنا من الاعتراف بأننا قد نكون على خطأ. ومرة أخرى إذا وجدنا أن ثمت حاجزاً عاطفياً يقف بيننا وبين الاعتراف بالخطأ يجب أن نشك في وجود شعور داخلي بعدم الكفاءة أو بالنقص من القوة بحيث يدفعنا بأن نغطي موقفنا بإصرارنا اللاعقلي بأننا على حق.

ولكن إذا كنا (كباراً) بحيث نعترف بأخطائنا بحرية كاملة لا يمكن أن نكون ناقصين، فالشجاعة وسعة الأفق هما العلامتان المميزتان للقيمة الحقيقية.

٦- هل أنا قادر على أن أتعلم من التجربة، أو هل أميل إلى تكرار أخطائي؟

يتصل هذا السؤالين بالسؤالين السابقين، لأن الاستمرار في ارتكاب نفس الأفعال الخاطئة شبيه بالاستمرار في التمسك بالأفكار الخاطئة.

فالشخص الدجماطيقي (الاعتقادي) هو أقل الأشخاص استعداداً للإفادة من تجاربه. فمثل هذا الشخص العنيد يسير في الطريق الذي رسمه لنفسه مقتنعا أن هذا الطريق هو أسلم وأصح طريق؛ فلا يسعى للتعلم من التجارب التي يمر بها دون أن تترك فيه أثراً إنشائياً.

أما الشخص الحساس الذي تجده دائماً متواضعا وراغبا في التعلم هذا الشخص هو الذي يستطيع أن يفيد من تجاربه، ويطبق في حياته كل

ما تعلمه من دروس. ولا يكفي أن نفيد من تجاربنا الشخصية، ولا شك أن هذا لهو أصعب نوع من أنواع التجربة، وكفيل أن يفيدنا في حياتنا إلى أقصى حد إذا كنا راغبين حقا لا من الإفادة من تجاربنا ولكن الإفادة من تجارب الغير أيضاً.

يقولون إن المرء لا يتعلم من تجارب الغير. وهذا القول حق إلى حد كبير؛ لأن خيالنا أعجز من أن يتيح لنا أن ننفذ إلى تجربة الغير. ويحتاج أكثرنا إلى أن يعاني جسمياً أو عاطفياً قبل أن يستطيع أن نحس بإحساس الذين مروا بمواقف مشابهة.

ولو أننا بذلنا مجهوداً حقيقياً بخيالنا لكي نضع أنفسنا في موضع شخص آخر، لأمكننا أن نفهم تجربته، وأن نتعلم منها من غير حاجة إلى أن نمر بأنفسنا في نفس التجربة.

كم يكون شيئاً ممتازاً لو أن رؤساء الدول طبقوا دروس التاريخ في معاملتهم بعضهم مع بعض؛ لو حدث هذا لتخلص العالم من سوء التفاهم ومن الحروب. وكذلك إذا ربى الصغار على أن يفيدوا من تجارب الكبار لوفرنا عليهم الكثير من العناء.

يجب أن تقوم العلاقة بين الآباء والأبناء على الأساس المفيد، فللآباء تجاربهم التي استخلصوها من مواقف ستواجه أطفالهم في حياتهم إن آجلا وإن عاجلا.

وبديهي أن الذي يحدث في أغلب الأحيان أن الأطفال يقاومون

جهود والديهم في نصحهم وإرشادهم، فيصاب الوالدان بالقنوط ويحسان المرارة لأن أطفالهم يستهزئون بنصحهم وإرشادهم. والسبب في ذلك هو فشل أكثر العائلات في تطبيق اللباقة مع معاملتهم مع أقرب الناس إليهما كما تطبقها في معاملاتها مع الغرباء.

ليسأل الآباء الذين يشعرون أن أبناءهم يستهزئون بنصحهم يسألوا أنفسهم بصراحة هل استخدموا كل وسيلة بارعة في تقديم نصائحهم إلى أطفالهم. إن كثيراً من الآباء نشأوا وفي نفوسهم مرارة من مقاومة والديهم، وأقسموا أنهم لن يعيدوا نفس الأخطاء، يصدرون الأوامر والنواهي والاعتراضات بدلا من أن يستعينوا بالعقل واللباقة في إرشاد أطفالهم.

لا شك أن الأطفال يغبطون آباءهم. فالأمر الواضح لآبائهم غير واضح لهم؛ ويجهرون بذلك بكل صراحة الشباب فيزيدون شقة الخلاف بينهم وبين والديهم.

ويحتاج كلا الطرفان إلى شيء من الخيال– يحتاج الآباء إلى أن يعيدوا بخيالهم إلى شبابهم، ويحتاج الأبناء إلى أن يصلوا بخيالهم إلى سن والديهم. والجانب الأكبر من المسئولية إنما يقع على كاهل الوالدين لأنهم مروا بمرحلة الشباب ويستطيعون أن يستعيدوها في خيالهم بمجهود يسير؛ أما الأبناء فلا يستطيعون أن يتحققوا من مشاكل الأبوة إلا بمعونة والديهم.

ولعل ما يعزي الابن الذي يشعر بأن والديه طغاة مستبدون، أن يتخيل نفسه وقد أصبح أباً يحمل على كاهله مسئولية محاولة إرشاد أطفاله وتجنبهم تجارب الحياة المرة. وكما يعزى الأب الذي مر بتجارب مرة أن يتحقق أن اللباقة وحدها يستطيع أن يجنب أبنائه ضربات هذه التجارب، وليس عملا سهلا أن يقدم الأب النصيحة لأبنائه في الصورة التي يتقبلونها، عن طريق الكشف عن الأخطاء المتدفقة بدلا من النواهي التي يظهر فيها التحيز.

وهكذا إذا كنا حكماء حاولنا أن نتعلم من تجارب الغير، وهذا من شأنه أن يجنبنا كثيراً من المتاعب التي لا لزوم لها. وسنحاول أن نتعلم من تجاربنا بدلا من أن نندب سوء حظنا، ونحاول أن ننفذ إلى الأسباب وراء كل فشل حتى نستطيع أن نتجنب أمثاله في المستقبل.

قد تقول أن من الصعب أن نتعلم من التجربة، لأن ما فعلته كان نتيجة طبيعية لما كنت عليه. (وما كنت عليه) نتيجة طبيعية لعوامل المزاج والوراثة والبيئة هذا حق، ولكن لن يكون الوقت قد فات لأن نستغل ذكائنا الفطري لتغيير مزاجنا ولتحرير آثار الوراثة والبيئة فنياً في حالة كونها لقوى نمونا.

ليس هذا من الأعمال السارة، ولا من الغايات التي نحققها في سرعة. ولكن يمكن البدء فيه وتكميله إلى حد بعيد بالشجاعة والمثابرة، وهناك من قست عليهم الوراثة والبيئة بحيث لا يستطاع فعل شيء من أجلهم. وهؤلاء لا يعنينا أمرهم هنا" وإنما يعنينا أمرك ما لم تر أنك من زمرة

هؤلاء التعساء، وتلتمس لنفسك الأعذار فلا تتعقب أسباب أخطائك وتصلح ما عسى أن يكون في نفسك سبباً للوقوع في نفس الأخطاء.

من السهل كذلك أن نقول أن الوراثة والبيئة جعلانا ما نحن عليه الآن ولا نفعل شيئا، وليس هذا القول سهلا وحسب، بل أنه في أكثر الحالات غير حقيقي، فهناك شيء اسمه المسئولية الشخصية لأفعالنا ما لم نعد عبيد عوامل الوراثة والبيئة إلى حد نفقد معه إرادتنا مثل المجرمين، والمرضى أخلاقيا؛ هل نعد أنفسنا منهم بالادعاء أننا لا نستطيع أن نغير طبيعتنا؟

إذا كنا نتشاجر في المنزل، وإذا كنا لا نستطيع التفاهم مع من نعمل معهم، وإذا كنا نتصرف في حياتنا الخاصة في المواقف المتشابهة تصرفاً واحداً ينتهي دائماً بنتائج غير سارة؟ إذا كنا كذلك وجب أن نقوم بعملية (جرد) شخصي. فلا يمكن أن يكون غيرنا على خطأ دائما، ويحتمل كثيرا أن ثمت شيئا في نفوسنا يحملنا على أن نقف هذا الموقف.

نحن نأبى على أنفسنا أن نتعلم من التجربة يجب أن نجد السبب لهذا، من البديهي أننا يجب أن نستخدم قدرا كبيرا من ضبط النفس ويحتمل أننا نجد أن أنفسنا تخدعنا. تقدم لنا الدفوع والتبررات بحيث لا نكشف من أول محاولة ما هي علتنا الحقيقية، ولكن لا ينبغي أن نكف عن المحاولة فلنفس الأمارة بالسوء؛ النفس اللاشعورية، يجب أن نلح لي محاولة كشف الخطأ وما هي السمة الملتوية في أنفسنا التي تعوق طريقنا إلى السعادة والنجاح.

إن أولئك الذين يعجزون عن تحطيم حواجز الدفاع التي يقيمها عقلهم الباطن، هم الذين يحتاجون إلى عون الطبيب النفساني، لأنهم تورطوا في خداع أنفسهم إلى حد كبير، هل ينبغي أن تعد نفسك واحدا منهم؟

إذا كان يجب أن تعد نفسك واحدا منهم فلا تخجل من الاعتراف بهذا، كما لا تخجل من الاعتراف بأنك تعاني من أي نوع من أنواع الأمراض الأخرى، والفرق الوحيد أن الأول مرض عاطفي (نفسي) والثاني مرض جسمي، ولكن لماذا لا تحاول أن تفهم نفسك؟

ابحث عن أخطائك المتكررة، ثم استخدم قوة إرادتك في إصلاح ما عسى أن يكون من علة في نفسك، هذا هو ما نعنيه بقولنا "تعلم من التجربة".

٣- خلاصة "التقويم الشخصي" لذاتك

٧- إذا أخفقت في أمر من الأمور هل أتبرم وأستشيط غضبا أم أحاول أن أرضى بالأمر الواقع؟

ستظل استجاباتنا الغريزية على أية أزمة صغيرة كانت أو كبيرة خاضعة لمزاجنا الطبيعي مكيفا بعوامل الوراثة والبيئة إلى أن نتعلم فن فهم النفس الصعب. وهذا معناه على وجه العموم أننا نستجيب على نحو فطري.

إن غريزة توكيد الذات هي غريزة من أقوى غرائزنا التي تنبثق من الطبيعة الحيوانية، طبيعة المحافظة على الذات. وهي غريزة عدوانية قد تقويها تجاربنا في الحياة أيا كان الشكل الذي تظهر به.

مثلا: الطفل الذي يقوى فيه الميل العدواني نجده عندما يكبر يقاوم بشدة سيطرة والديه وتدخلهما؛ ولا يدري الأسباب الكاملة لذلك. كلنا نحرص عادة على أن نقف على أقدامنا قبل أن نقوى على ذلك؛ لأننا لا نعلم على وجه كامل ماذا علينا أن نواجهه.

إن الأب الذي يمنع ابنته من المكوث خارج المنزل إلى ساعة متأخرة يعرف جيدا الأخطاء التي يريد أن يقيها شرها. ولو أن الأب عبر

عن رغبته هذه في صورة أمر صارم يوجهه إليها لكانت النتيجة أن الابنة تعصي– في الغالب– هذا الأمر، وتتمرد عليه وإذا ما طلب منها أن تضع نفسها موضع أبيها جعلها تفهم أن الحق في جانبه وقليل من الآباء من يصنع هذا الصنيع. لهذا كثر في هذه الأيام الشباب الذين يشبون متمردين ثائرين. ويظهر هذا التمرد إذا اعترض إرادتهم معترض. وهذا أمر محتمل كثيراً لأن أكثر الشباب يعتبرون التمرد على السلطات نوعا من المغامرة التي تلهب حماسهم. وكما قيل إن الشيطان يملك أروع الأنغام. فإنه كذلك يملك كل وسائل الإغراء التي ينبغي أن يجرده منها الحكماء من الآباء.

ولما كان بعض الشبان يستجيبون بالتمرد والعصيان عندما يعترض طريقهم معترض؛ يظهر تمرد البعض الأخير في شكل غير عنيف؛ تجدهم ينطوون على أنفسهم، ويكتفون بإظهار الاستياء والتبرم. ومعارضتهم السلبية شكل آخر من أشكال التمرد والعصيان.

ويحتفظ أمثال هؤلاء الشبان من كلا الطرازين بميولهم إلى التمرد والمعارضة الخفية؛ يحتفظون بها إلى مراحل الحياة المتقدمة. فإذا ما فشلوا في أمر من الأمور انفجروا غاضبين، أو انسحبوا متبرمين وفي كلا الحالين تتأثر حياتهم الخاصة وحياتهم العملية؛ وسيكونون هم الخاسرون في نهاية الأمر.

هذه استجابات صبيانية، وتدل على توقف في النمو العاطفي. وعلى هذا الأساس يمكن أن نعتبر أن طائفة كبيرة "من الكبار" لم يكبروا إطلاقا.

لعلك لا تقيم وزنا لنوبات الغضب والسخط التي تنتابك. عد بذاكرتك إلى الوراء، وفكر بإمعان هل أنت على يقين من أنها لم تحرمك أصدقاء تحبهم، ومن أنها لم تضيع عليك أعمالا كنت تكسب من ورائها؟ وأهم من هذا؟ أن تلك النوبات يرى فيها الرجل الحكيم دليلا على أنك عاجز عن أن تأخذ الحياة على علاتها- وأنك تعيش في عالم من الأحلام تقدم فيه رغباتك واهتماماتك على رغبات الناس واهتماماتهم.

كل منا جزء من وحدة أكبر- جزء من العائلة، وجزء من وحدة العمل، وجزء من الوطن، وجزء من العالم، وجزء من الجنس البشري. ومن الواضح أن العالم لم يخلق لتحقيق نفعنا الشخصي الضئيل، ولكن لتحقيق هذا النفع في حدود ما تستأهله في علاقاتنا مع الأشياء الكبيرة التي نحن جزء منها.

إذا كنا من "الثائرين الحانقين" فقد حان الوقت لكي نرى الأشياء في نسبها الصحيحة بعضها إلى بعض. لعل ثورتنا الصريحة أو الخفية قد نمت من البذور التي وضعها فينا آباء أو مربون على شيء من القسوة؛ حسنا، وماذا في الأمر؟ فالأب أو المربي كلاهما إنسان عرضة للخطأ لعله أخطأ. ولعلنا نحن الذين أخطأنا. والأغلب أن كلانا مخطئ. ولكنا لم نعد أطفالا بعد، وعندما نتحقق من هذا ليس ثمت ما يدعونا إلى أن نظل نقيد أنفسنا بقيود تجارب عهد الصبا السيئة. يجب أن نحطمها وتلقى بها بعيداً. ونحزم أمرنا منذ الآن أنه إذا اعترض طريقنا معترض

فينبغي ألا نلجأ إلى الغضب، أو التبرم الذين قد تجردنا منهما ما تجردنا من ملابس الطفولة الضيقة.

الحياة كلها خذ وعطاء. ولا يستطيع أحد منا أن يسير في طريق الحياة بمفرده. وقد نشعر في بعض الأحيان شعوراً صادقا أن لنا الحق في أن نسير بمفردنا من حسن، حتى في هذه الأحيان من لخير ألا نعصر على هذا من شأنه أن يجلب الحب والتقدير.

أن الإفادة من الظروف على قدر ما تستطيع إذا ما اعترض إرادتنا معترض علامة على النضج الانفعالي والوجداني، فلماذا إذن تستمر في أن تكشف للذين حولك أنك لا تزال في مرحلة الطفولة؟

٨- هل أنت قادر على مواصلة الجهر بعد إخفاق مؤقت؟

هناك صفة بدونها لا تستطيع أن تنجز أمراً من الأمور هي صفة المثابرة– لا يمكن تحقيق حياة عائلية حقيقية، ولا زواج ثابت مستقر، ولا عمل ناجح من غير الشجاعة المثابرة التي تهزأ بالهزائم المتكررة.

يحدث لأكثرنا أن يشعر الواحد منا في ميدان أو آخر بأنه على وشك الاعتراف بالهزيمة. أو نتخذ طريقا سهلا حتى نتخلص مما نلاقي من إرهاق، ولا نتقدم في الطريق الذي يحقق ما نرغب في تحقيقه.

إن الذين يحققون النجاح هم الذين يواصلون الكفاح في أشد الساعات يأسا وظلاما.

هناك طريقة نحتفظ بواسطتها بالشجاعة التي تهدد بالانهيار– أن نتذكر أن النهاية لا تكون إلا بالموت– ولعل الموت نفسه ليس النهاية. مهما جلت المصيبة فلن تكن هي النهاية. هذه حقيقة من أروع وأمجد حقائق الحياة. إن الحياة أشبه بالقصة المسلسلة ذات الحلقات المتصلة نتوقع أن تكون الحلقة التالية أشد إثارة من سالفتها.

فكر فيما مضى من أيامك التي لقيت فيها حزنا عظيما. إذا كانت حياتك قد فات منها زمن طويل فأنت واجد فيها لحظات رائعة كانت هي الحافز لمواصلة السير. يشعر كثير من الشباب بعد إخفاقه في تجربة غرامية أن الحياة لا تستأهل أن تحيا، ثم يكتشفون بعد سنوات قليلة أن السعادة كانت في انتظارهم. وكم من رجل أفلس تماماً ثم تتاح له فرصة ليعيد بناء نفسه من جديد، ويصل إلى مكانة تفوق مكانته السابقة.

إنك لكي تبني حياتك من جديد تحتاج إلى اعتداد بالنفس ومثابرة، وقد تحتاج إلى الحظ. ولكن الحظ يتبع عادة الاعتداد بالنفس والمثابرة؛ وكثيراً ما يفلت من الذين تنقصهما هاتان الخلتان.

إن كثيراً من الذين يصابون برزء فادح في شخص يحبونه أشد الحب يلاقون في مستقبل حياتهم حباً جديداً. في الأيام الحالكة السواد التي مرت بأوروبا بسبب الحرب. فقد الكثيرون كل ما يملكونه ولكنهم استطاعوا أن يبنوا حياتهم من جديد بشجاعة تدعو إلى العجب بل أن بعضهم بدأ في ظروف تغاير الظروف التي كان يعيش فيها قبل الحرب كل المغايرة. هناك الممثلة التي أصبحت "جرسونة" تقابل كل عميل بابتسامة

مشرفة وكلمة حلوة. وهناك الكاتب الذي تعلم كيف يكتب بلغة جديدة... هناك الأم التي فقدت طفلها في غارة جوية فأصبحت تعني بالأطفال في إحدى دور الحضانة. إن قصص هؤلاء خليقة أن تلهمنا الشجاعة التي نتغلب بها على ما نلاقيه من مصاعب في حياتنا اليومية في الأمر الجلل، وفي الأمر الهين على السواء. فمن عجب أن الذين يظهرون تجلداً عظيماً في الصعاب الحقة يسمحون لأنفسهم أن تغلبهم متاعب الحياة اليسيرة على أمرهم.

إن إخفاقنا له مظهران: مظهر اجتماعي، والآخر فردي. وقد يقوى البعض على التغلب على الإخفاق الفردي؛ ولكنهم يفشلون في المسائل اليسيرة بسبب شخصيتهم الاجتماعية. وبسبب شعورهم أن الآخرين يعرفون ما لاقوه من فشل وإحباط.

قد يواجه الرجل المتاعب الشخصية بشجاعة عظيمة، ولكنه يعجز عن مواجهة بعض المتاعب الصغيرة في العمل، أو في الحياة الاجتماعية التي قد يكون سببها خطأ وقع فيه هو– وإذا كان الخطأ خطأه فلماذا لا يقبل الأمور راضيا حتى وإن عرف كل من حوله بالأمر؟ لن نكون أول من يخطأ، مهما كان الخطأ، ولن نكون آخر من يخطأ. والحقيقة أنه ليس أحد ممن حولنا ونخشى أن يعرفوا شيئا. ليس أحد من هؤلاء مبرأ من الخطأ وهم أنفسهم يعرفون هذا. لذلك يجب ألا يكون الفشل الاجتماعي بأسوأ من الفشل الشخصي.

وفي كلا الحالين تمكننا المثابرة والجلد من السير قدماً إلى نجاح جديد.

قد نشعر أن المثابرة تحتاج في بعض الظروف إلى شيء من قوة الشخصية لا نملكه، فنحن نبالغ في تقدير مأساتنا الشخصية، وفيما نشعر به من مرارة الفشل الاجتماعي. ولكن قوة الشخصية ليست هبة شخصية من الآلهة. وما نقصد به من قوة الشخصية في هذا المعنى لا يزيد على أن يكون قوة الاعتداد والتعدي إن قوة الشخصية هي في الواقع وليدة صراع داخلي طويل نصل فيه إلى نصر بعد هزائم متكررة ومحاولات كثيرة.

إننا إذا كنا نتمرن على لعبة رياضية لا نهجر اللعبة على أثر أول محاولة نفشل فيها في إصابة الهدف، والحقيقة أننا نادرا ما نصيب الهدف من أول محاولة. والحياة مثل اللعبة الرياضية، فعلينا أن نواصل المحاولة لإصابة الهدف حتى يصل إلى النصر بعد هزائم متكررة على شرط ألا يكون من المستحيل إصابته.

نحن نسلم جميعاً جادين بأن على الجندي المشوه أن يتقبل ساقه الخشبية أو يده الصناعية. أنه يستخدمها بسهولة وبطريقة تدعو إلى الإعجاب. ونادراً ما نظن نحن أن الأمر قد يكون على العكس. والحقيقة أن هذا الرجل البائس قضى الشهور والسنين الطويلة في المران الشاق حتى استطاع أن يستخدم أطرافه الصناعية بهذه السهولة التي لا تثير دهشتنا. إنه فشل مئات المرات وأنه في كل مرة كان يحدث نفسه بأن

يتخلى عن المحاولة ومع ذلك، وأمامنا هذا المثل الحي يثبط همتنا ويقعدنا عن مواصلة الجد ما نلاقيه من فشل.

لقد هيأتنا الطبيعة بحيث نتكيف مع الظروف؛ فأجسامنا ركبت بطريقة عجيبة بحيث لا تجد إلا عدداً قليلا من الأعضاء لا يمكن الاستغناء عنها. إذا فقدنا رئة قامت الرئة الأخرى بالعمل الحيوي ألا وهو إمداد دمنا بالأكسجين. إذا فسدت كلية قامت الكلية الأخرى بعمل الكليتين في تنقية الدم. وأية إصابة من أي نوع جسمية أو عقلية أو عاطفية يمكن استغلالها بشيء من الشجاعة لتدفعنا إلى مضاعفة الجهد.

قد نشعر بالعجز عن مواجهة مشاكلنا؛ فلا ينبغي أن يسلمنا هذا إلى اليأس. كل إنسان منا يشعر في أعماقه بالعجز وعدم الكفاءة– حتى هؤلاء الذين يظهرون اعتداداً بالنفس يدعو إلى الإعجاب– والحقيقة أن الذين يتظاهرون بغير ذلك ليسوا خيراً منا– وإنما يتظاهرون لإخفاء حقيقة شعورهم بالعجز وعدم الكفاءة.

إن الشعور بالعجز وعدما لكفاءة حيلة من حيل الطبيعة تقصد بها دفعنا إلى مواصلة الكفاح. وبدون هذا الحافز– يحتمل أن نجمد كالأفراد أو كجماعات فلا يتقدم الجنس البشري خطوة واحدة إلى الأمام– إذا فهمت هذا الشعور بالعجز بهذا المعنى– وأفدت منه بهذا المعنى أيضاً أمكنك أن تحوله من عائق يعوق تقدمك إلى وسيلة تعينك على التقدم والرقي.

٩- هل أعترف من غير حسد أن غيري متفوق علي في فرع من فروع المعرفة أو في ميادين النشاط؟

يبدو هذا السؤال لأول وهلة سؤالا سهلا. وأنت على حق في أن تدهش لماذا يوجه إليك مثل هذا السؤال وتقول أن هناك الكثيرين الممتازين في فروع المعرفة أو في ميادين النشاط المختلفة دونك– وهذه حقيقة ترغمك على قبول الوضع الذي أنت فيه. أنت تعرف أنك لست اينشتين Einstein[٣] ولا برانجون Brangwyn[٤].

ليس هذا هو المقصود من المقارنة. فمن الواضح أننا يجب أن نعترف بتفوق أساتذة العلوم والفنون ولكن هل يمكننا أن نقبل بسهولة، وبدون ضغينة تفوق زملائنا في ميدان عملنا أو دراستنا؟

أصبح السؤال خطيراً بالنسبة لكل منا بسب الازدياد المطرد في قبول ما كان يسمى بأفكار المساواة. أعني أن ثمت زيادة مطردة في قبول الأفكار التي تنادي بأن الناس ولدوا أحراراً متساويين. ولم نعد نعتقد أن مولد شخص في طبقة اجتماعية معينة يخلع عليه صفة التفوق

---

٣) اينشتين (١٨٧٩– ١٩٥٥).

العالم الطبيعي المشهور، صاحب نظرية النسبية، وصاحب الفضل في وضع المعادلة التي كانت أساساً لتفجير الطاقة الذرية:

٤) برانجوين رساء انجليزي معاصر. عرف بميله إلى فن الزخرفة الشرق. ويتميز فنه بالغنى في الألوان، والتناسق. واستخدم برانجوين فنه في الأعمال التطبيقية كتصميم أغلفة الكتب، وزخرفة الأثاث.

والامتياز. وأنه لأمر عظيم أن يكون الاتجاه العام أن يقاس قدر الفرد وفقا لمزاياه الفردية لا وفقا لمكانته الاجتماعية.

والحقيقة أنه كان من التوفيق أن تتقدم الأفكار في هذا الاتجاه الصحيح في المائة سنة الأخيرة. إن تاريخ البشرية قصير وإن بدا طويلا بالقياس إلى حياة الفرد القصيرة وأنه لتقدم فعلي أن نتخلص من أغلال التحيز الموروث إلى هذا الحد الذي نشاهده في مجتمعنا الحديث.

ولكن ثمت خطراً قد ينبعث من هذا الاتجاه الجديد- هذا الخطر هو خطر الكتل الشعبية التي انحدرت من الطبقات المظلومة- يخشى أن تستجيب لهذه الحرية الجديدة بأن تأبى الاعتراف بالحقيقة القائلة: إن التساوي التام بين فرد وفرد لا وجود له.

ومن الطبيعي أن يشعر الكثير- حتى في هذه الأيام بشيء من الحسد والغيرة تجاه من ولدوا في ظروف خير من ظروفهم السيئة التي فرضت عليهم كفاحاً شاقاً. ومع ذلك فالحقيقة لا تزال قائمة أن الطبيعة قدرت لبعض الناس أن يولد متفوقاً في القوة البدنية؛ وقدرت للبعض الآخر أن يولد متفوقاً في القوة العقلية؛ وأن يولد البعض مزوداً بقدر من المواهب، وأن يولد البعض الآخر صفراً من المواهب.

إن التفاوت بين الناس أمر تحتمه الطبيعة- ولن يوجد نظام اجتماعي مهما كان مثاليا يستطيع أن يقضي على هذا التفاوت الطبيعي. وأن أعظم ما نطمع فيه من التساوي هو التساوي والتكافؤ في الفرص

بحيث يتاح لكل فرد الفرصة الكاملة في أن ينمو على قدر مواهبه واستعداداته وإمكانياته الشخصية. ومهما يكن من شيء، فنحن مختلفون من ناحية الوراثة، ومن ناحية البيئة. ولن نجد طفلين وإن كانا حتى شقيقين متشابهين في عوامل الوراثة وظروف البيئة، ما دامت جرثومة الحياة الأولى لكل فرد تختلف في تكوينها وتختلف في ظروفها وإن كل جنين ينمو في اتجاه متميز عن غيره من الأجنة. إذن فنحن مقدر لنا أن يختلف بعضنا عن بعض، فنكون ضعافا في مواطن، وأقوياء في مواطن أخرى. وعندما نعترف بأن لكل منا قوته الخاصة لا يصعب علينا عندئذ أن نتقبل ما لدينا من أوجه نقص معينة.

وقد تزايد في السنين الأخيرة الاتجاه إلى المبالغة في تعظيم المواهب العقلية وإكبارها. ولا شك أن ثمت دوائر تقدر القوة البدنية فيها؛ وتحوز الإعجاب وتفوز بالجوائز الثمينة. وإذا بولغ في تقدير ناحية من الناحيتين العقلية أو البدنية كانت النتيجة أن يصاب الشخص المعني بشيء من عدم الاتزان.

فإذ بولغ في تقدير القوة العقلية؛ شجع ذلك الطفل الموهوب عقليا إلى إهمال التوازن بين الجسم والعقل والروح، وعزل نفسه عن زملائه. ووقف نمو جوانب من شخصيته بالاهتمام بما يخص العقل وحده. والطفل الذي لم يوهب القوة العقلية الفائقة. ولكنه ربى في مثل هذا الجو يقوي فيه الشعور بالنقص وعدم الكفاءة.

والعكس صحيح بمعنى أن الثناء المفرط الذي يحظى به قوة البنية يدفع إلى إهمال تنمية إمكانياته العقلية والروحية الضرورية للشعور الداخلي بالرضى. والطفل الضعيف البنية الذي يربى في مثل هذا الجو يقوي فيه الشعور بالنقص إلى حد يفسد حياته.

إن العقل لا يوجد في غير الجسم. ولن يكون للجسم معنى بدون العقل. وقد نذهب بعيدا في استحسان الأخصائيين ونغض عن الدرس الذي تعلمنا إياه الطبيعة من أن الأعضاء المختلفة ضرورية لكمال الصحة. إن الجسم الصحيح هو الذي تؤدي أعضائه وظائفها متآزرة مع غيرها من الأعضاء. كذلك الحال بالنسبة للجسم السياسي- أعني المجتمع الإنساني- الذي يكون في أحسن حال عندما يؤدي كل فرد فيه وظيفته متعاونا مع غيره.

ويجب ألا يعتبر الواحد منا أنه متفوق على غيره بالضرورة، ولا ينكر على أي منا الفرصة لتنمية قواه الخاصة. ومن جهة أخرى من الغباء التمسك بنظرية التساوي لننكر تفوق من يتفوقون علينا في الميادين التي وهبوا مقدرة خاصة فيها.

وإذا كنا نجد الخلايا في داخل الجسم مهيأة على شكل يتلائم مع العمل الذي نؤديه؛ كذلك نجد في المجتمع الإنساني أفراداً من كلا الجنسين مهيئين عقلياً وجسمياً للعمل الذي ينتظرهم. وقد ضاعت في الأزمة القديمة الكثير من المواهب التي كانت تفيد الإنسانية، أو لم تجد المكان المناسب لها لأن كثيراً من الطبقات الاجتماعية الدنيا لم تكن

تحظى بما تحظى به الآن من فرص. فإذا قدر لنا أن نصل إلى المرحلة التي يجد فيها كل إنسان مكانه الطبيعي نكون قد وصلنا إلى المجتمع العضو الذي نستغل فيه كل موهبة لصالح الفرد ولصالح الإنسانية نفسها.

ولا نقصد باستخدام كلمة (موهبة) هنا معنى الموهبة الفذة– وهو معنى يتجه الناس في وقتنا الحاضر إلى تأكيد. فالصحة الجيدة موهبة. وكذلك القدرة العقلية المتوسطة، والقدرة الميكانيكية وقدرة أكثر النساء على إشاعة جو السعادة في البيت في الظروف المعقولة. كل هذه القدرات التي تتاح لأكثر الناس هي مواهب، فإذا كنا نملك واحدة منها ملكنا موهبة يجب استغلالها إلى حد لا يجعلنا نهمل التوازن العام في سائر قدرتنا وإمكانياتنا.

وقد تظهر في الأجيال اللامتناهية القادمة أنماط جديدة من الكائنات البشرية؛ فقد تعمل الظروف المتغيرة على الأرض على خلق أنواع جديدة من الإنسان مزودة بأنواع جديدة من القوى والقدرات تحل محل القوى التي كانت تلزم الإنسان في الظروف الشبيهة بالظروف الهمجية. هذا ما لا نستطيع أن نتكهن به، وفي نفس الوقت يجب أن يقبل عالمنا على ما هو عليه، وفي عالمنا الراهن متسع للعمل للجميع أيا كانت مواهبهم الشخصية.

وإنه لتعزى أكثر أسباب الحسد، الذي يمنعنا من قبول تفوق الآخرين علينا في بعض الميادين، إلى الشعور بالنقص وعدم الكفاءة؛ هذا الشعور الذي يجب أن يكون حافزاً لنا على نحو ما بينا فيما سبق.

إذا سمحنا للمحاولات الأولى الفاشلة أن تملأ نفوسنا بالحسد والضغينة ساعدنا على ظهور المشاعر التي من شأنها إعاقة تقدمنا في الاتجاه الذي يفيدنا ويفيد غيرنا أكثر فائدة. إن الحسد والضغينة هما في الواقع اعتراف بأننا لم نعد نثق في قدرتنا في أي مستوى.

وقد يعجب العالم الرياضي بالرسام، ولكنه لا يحسده طالما هو يثق في قدرته في النوع الذي تخصص فيه. وإذا كان يهوى الرسم لا يتخلى عن هوايته لأنه لا يستطيع أن يصبح فنانا متمكنا؛ ولعله يضحك من رسوماته. إن الرجل المغرور المتباهي الذي يقول لمن حوله أنه كان في استطاعته أن يصبح رئيساً للوزراء لو أراد، إن هذا الرجل لا يكشف بهذا القول عن مجرد عجزه عن أن يكون رئيساً للوزراء وحسب، بل ويكشف كذلك عن أنه لا يثق في نفسه إطلاقا؛ لأنه حتى لو كان نجاراً ناجحا لرضيت غريزته الخلاقة، واعتباره لذاته بهذا الوضع.

لذلك إذا وجدنا أنفسنا بعد فحص دقيق أننا لا نستطيع أن نعترف في غير حسد- بتفوق غيرنا في فرع من فروع المعرفة، أو في ميدان من ميادين النشاط، وجب علينا أن نكشف علة هذه النفس الحاقدة لعلها تعود إلى ما أصاب اعتبارنا لذاتنا في الماضي عندما أرغمنا أن نشعر بعدم كفايتنا عند مقارنتنا بغيرنا.

والذي ينبغي أن نفعله الآن هو أن نعرف ما لدينا من مواهب، ونتبين ما إذا كنا نستغلها على الوجه الأكمل أم لا؛ قد نجد أنه لا موجب للحسد أو الضغينة لأننا نجحنا في حياتنا، وفي عملنا؛ ولكننا نسينا أن

نتخلص من إحساساتنا القديمة التي ولدها ما لحق اعتبارنا لذاتنا من إهانة. وقد نجد أننا لم نستغل بعد مواهبنا على خير وجه، وأضعنا وقتنا وطاقتنا النفسية في حسد الآخرين بدلا من أن نصحح طريقنا في الحياة؛ إذن فعلينا أن نغير طريقنا في الحياة وفقاً لما نكشفه.

تشكك دائماً في الدافع إلى الحسد حتى ولو وجدت أن الوقائع تبرره. والحسد القليل لا يؤذي إذا جعلته حافزاً إلى نجاح معقول، المثل في ذلك مثل (الاستركنين) بضعة قطرات منه في الدواء تفيد كمنبه؛ ولكن جرعات كبيرة منه تسبب الموت.

ونحن نعرف جميعاً الشخص الحسود- فهو مكروه من الناس لأنه يكره الناس. ومثل هذا الشخص لن ينجح لأنه منذ البداية يتوقع أن يفشل.

ينبغي أن تثق في قوتك الخاصة مهما كان قدرها وستجيء الأمور على خير ما تحب- سيعرف الناس أنك بعيد عن الحسد فيحرمونك- سيجلب لك احترامك لنفسك احتراماً قوياً مزيداً من الفرص.

١٠- إذا عرفت حدود قدرتي فهل أواصل العمل في ثبات مستغلا مواهبي الشخصية على خير وجه:

لنتصور أننا نجحنا في عزل أسباب حسد الآخرين كما وجدت فينا ونعرف أننا يجب أن نتخلص من هذا الجسد لصالحنا نحن. وبعد إمعان التفكير سنجد أننا نملك قوانا الخاصة مهما كان حدودنا. قد تكون تلك

القوى هي السرعة في إجراء العمليات الحسابية؛ أو المهارة اليدوية، أو أن يكون لنا عقل منهجي أي منتظم التفكير. أو قد تكون قوانا في أية موهبة أخرى.

ولكن وقد جاوزنا الحد أكثر مما كنا نظن، يمكننا أن نبذل خير ما فينا من جهد إذا عرفنا حدود قدرتنا. فالخطوة التالية إذن هي معرفة حدود قدرتنا تقبل هذه القدرة على ما هي عليه، لأنه لا يكفي أن نعرف حدود قدرتنا بل يجب أن نتقبل هذه القدرة على ما هي عليه وهذا عمل من أشق الأعمال ومهما حسنت نياتنا فقد نعود القهقرى. ولكن يجب أن نستمر في المثابرة حتى يمكننا أن نستغل مواهبنا على خير وجه. والثبات هو أهم شيء.

لذلك قد يفيدك أن تتبين العوامل التي تشتمل عليها طبيعتك، والتي تجعل من المثابرة أمراً عسيراً بالنسبة لك. لعلها مثلنا العليا التي لم نفهمها حق الفهم حتى التي تعوقنا كما تعوقنا نوازعنا الشريرة.

فنحن منذ أيامنا الأولى رسمنا لأنفسنا صورة لما يجب أن نكونه؛ هذه الصورة تختلف كثيراً عما هو كائن فعلا سواء بالنسبة لنا أو بالنسبة إلى العالم الذين نعيش فيه. وليس هذا باتجاه غير طبيعي ما دام أكثرنا يكون منذ ولادته مركز الرعاية والحب؛ الأمر الذي يوحي إلينا بأننا مركز هذا العالم، اللهم إلا قلة قليلة حرمها سوء طالعها من الرعاية والحب فلا تحس بهذا الإحساس. فالذي يحدث أيام الطفولة السعيدة أن كل عمل

يأتيه ينال من الثناء أكثر مما يستحق، وإن الأخطاء اليسيرة في الطفولة يبدو لها من الأهمية أكثر مما لها حقيقة.

فالعالم يصور لنا في أيامنا الأولى كأنه وجد لصالحنا نحن، وأن ما فيه من أناس وجدوا ليخدمونا، وأننا نكون دائما موضع ومحط الإعجاب. وإذا ما بدا لنا أن العالم لم يخلق من أجلنا، وأن الناس لم يوجدوا لخدمتنا لان تخلى عن أننا لا نزال موضع الثناء ومحط الإعجاب. بل أننا كلما ازددنا اقتناعا بأن العالم وسكانه لم يخلقا لمنفعتنا الشخصية، كلما قوى عندنا الميل إلى الرغبة في الثناء والإعجاب لحاجتنا إلى تقوية الشعور المضمحل في أهميتنا الشخصية.

إن مثلنا الأعلى لما يجب أن نكون عليه يصبح فكرة ثابتة في أذهاننا. وقد نوحد بين مثلنا الأعلى وبين أبينا أو أمنا أو بين شخصية من الشخصيات التي يخيل إلينا أنها تمثل القوى أو تمثل الحكمة. إن عقلنا الصغير أيام الطفولة ترسم هذا المثل الأعلى بألوان باهرة لا يوجد مثيل لها على الأرض.

إن هذا هو الخطر الذي يهدد الآباء الذين يوحون إلى أبنائهم أنهم أنفسهم حكماء. وأنهم يفضلون سائر البشر. وسيطرأ على الأطفال تغير عنيف عندما يكبرون ويكتشفون أن آباءهم بشر عرضة للخطأ. وهذا التغير العنيف كارثة كان في الإمكان تجنبها إذا عمل الآباء على إقامة علاقات إنسانية طبيعية بينهم وبين أطفالهم منذ البداية.

لدينا جميعا (ذات عليا) أو (ذات مثلى) وهي صورة لما نحب أن نكون عليه، وصورة لأنفسنا كما نتخيلها في أحلام اليقظة أيام الطفولة، وكلما كبرنا اطرح أكثرنا الأوهام التي تصورنا نقوم بأعمال جريئة؛ ننقذ الجيران من المنازل المحترقة. وننتزع طفلا من تحت جواد هائج. ولكننا نحتفظ بصورتنا كأبطال بشكل أو بآخر مهما كنا نفعل من الاعتراف بهذه الحقيقة.

إن مثل هذه الذات المثلى يمكن أن تكون حافزاً ويجب أن تظل في الحقيقة مثلا أعلى، على أن نعترف بأنها مثل أعلى نسعى لتحقيقه، وقد لا نصل إلى تحقيقه بحال من الأحوال، وأن نقترب منه من غير أن نعني بالفشل أكثر من مرة.

والخطر الذي يهددنا هو ألا ننظر إليه باعتباره مثلا أعلى– ولكن باعتباره شيئاً موجوداً مع أننا نعلم في المستوى الشعوري أن ليس ثمن شيء من هذا القبيل. ذلك هو العدو القوي الحقيقي لأي تقدم، أن نستمر لا شعوريا في الاعتقاد بأننا كائنات خارقة للعادة كما تصورنا رغباتنا مع أن عقلنا الواعي قد يعلم حدود قدرتنا، ويضاد هذا الادعاء اللاشعوري شعور قوي بالنفس، وهما ضدان مع أنهما في الحقيقة شيء واحد.

ولكي نواصل في مثابرة تنمية ملكاتنا الحقيقية بعد التعرف على حدود قدرتنا يجب أن نواجه في صراحة الحقيقة القائلة بأن تصورنا لأنفسنا بأننا كائنات خارقة للطبيعة لا يعدو أن يكون مثلا أعلى، ومثلا أعلى فحسب، ونحن نشترك جميعاً في هذا التصور لأننا نشترك جميعاً في مشاعرنا ودوافعنا الأساسية.

إن المجرم المغرور الذي يقرأ الصحف وهو في السجن وصفاً لجرائمه يغذي وينمي هذا الزهو بنفسه باعتباره أهم شخصية في العالم فهو لا يزال هو الطفل الذي يعتبر نفسه مركزاً للعالم، واتجه نحوه وجهة خاطئة؛ وكان من الممكن أن يفيد هو ويفيد المجتمع من القوة والذكاء اللذين استخدمهما في جرائمه. إن هذا المجرم لا يزال يحتفظ بذاته المثلى ولو أنه أصبح بهذا بين أشكال مختلفة للبطولة.

عندما تكون واجهت قدراتك المحدودة، وتقبلتها على ما هي عليه، وعندما تكون قد عقدت العزم على استخدام مواهبك والفرص التي تتاح لك، تستطيع أن تحصل على مزيد من قوة المثابرة إذا أدركت أن صورتك الرائعة عن نفسك هي مثل أعلى قد يستحيل عليك بلوغه، ولكن تستطيع الاقتراب منه بعد إخفاق متكرر– ثم حقيقة أخرى عظيمة الدلالة– هي أن هذا المثل الأعلى لا يمكن أن تقترب منه ما لم تكون لديك من الشجاعة ما يكفي لمواجهة الإخفاق الذي يعترض طريقك، وأن تواصل السير بعد كل إخفاق.

٤- خلاصة "التقويم الشخصي" لذاتك

١١- هل في وسعي أن أتقبل المسئولية من غير أن أشك في نفسي كثيراً أو من غير أن أخدعها؟

ننتقد طرائق تعظيماتنا الصناعية والاجتماعية الحديثة أحياناً على أساس أنها تميل إلى عدم إتاحة الفرصة لتنمية الشعور بالمسئولية الشخصية. ولقد أجرى حديثا اختبار للرأي العام أظهر أن ٥٠% من الناس يفضلون أن يعملوا لأنفسهم لا أن يستخدموا غيرهم في عمله.

ونحن نتجه في حياتنا العامة إلى المركزية سواء في الصناعة أو في الحكومة. والنتيجة أن يجد الآلاف أنهم وضعوا في وظائف لا تتطلب منهم مسئولية كبيرة، أو أنهم على الأقل يشعرون بهذا الشعور في الوهلة الأولى.

ولكن هذا ليس صحيحا دائماً. فنحن في أي عمل يوكل إلينا يكون في وسعنا أن نحسن هذا العمل أو لا نحسنه. إذا كنا نؤدي عملنا اليومي ونحن نفكر في الأجر الذي سنأخذه آخر الأسبوع، أو إذا كان عملنا رتيباً، أو كان يتألف من عمليات صغيرة لا نلمس نهايتها- إذا كان عملنا هذا ملنا إلى أن نتعود نسيان أن علينا- في الحقيقة مسئولية تأدية عملنا

الصغير على أتم وجه. وأن نحاول أن نتقدم ونرتقي إلى عمل واسع مجالا لصالحنا نحن. ومع ذلك فلا تزال الحقيقة قائمة أن ليس ثمت عمل مهما يكن صغيراً أو رتيباً لا يعد جزءا جوهريا في مشروع كبير.

وكذلك يجد الكثير منا أن الحياة تستلزم مسئوليات كثيرة غير مسئوليات العمل. فلكل منا خطه من المسئولية باعتباره عضواً في أسرة، وباعتباره عضواً في جماعة. وكلما كبرنا كلما استلزمت علاقاتنا مع الناس مزيداً من المسئولية.

وإذا كان نمونا العاطفي يتفق مع نمونا الجسمي، ونمونا العقلي، كانت تلك المسئوليات الكبيرة طبيعة ولا تأخذنا على غرة ومن غير استعداد لها. وقد يحدث كثيراً أن يضطرب نمو فرد بسبب تجاربه المبكرة فيجد نفسه غير مستعد لتحمل المسئوليات عندما تلقى على كاهله، أو تجده ميالا إلى تقبل المسئوليات التي لا تخصه.

إذا كانت هذه الحالة تنطبق علينا يحتمل أن تكون ثقتنا في أنفسنا قد تأثرت تأثراً نجد من الصعب إزالته. وتلك حالة كثير من الناس الذين لا يقدرون إلى التنحي عن واجباتهم الطبيعية ولكنهم يجدون أنفسهم في مواقف يهربون منها لأنهم لا يستطيعون مواجهة ما تثيره من مصاعب.

قد يحدث هذا في الحالات العملية. حيث يجد المرء نفسه مزوراً دائماً عن تحمل المسئولية. وتكون النتيجة أن يوصد أمامه كل أمل في التقدم والرقي. وقد يحدث هذا أيضاً في حياتنا الشخصية فنخيب أمل

من يحبوننا. يجب أن نحاول أن نقف هذا النوع من الفشل ونبذل مجهوداً أكيداً لنعرف لماذا نهرب من المسئولية اللهم إلا إذا كنا راضيين عن هذا الوضع.

وقد يقنعنا التفكير العميق بأن السبب يكمن فيما أصاب ثقتنا في أنفسنا في الماضي نتيجة حادثة تافهة أيام الطفولة، أو نتيجة الظروف المختلفة التي أوحت إلينا بأننا إذا قورنا بغيرنا فنحن أقل منهم في ناحية أو في أخرى.

في هذه الحالة يجب أن نتحقق أولا من أننا نؤكد أهميتنا في هذا العالم.

هل يبدو هذا متناقضاً مع الرأي القائل أن ما نعاني منه هو شعور عميق بعدم الكفاءة؟ الحقيقة أن ثمت تناقض إلا كلما واصلنا التفكير في أهمية الفشل الذي لاقيناه في وقت من الأوقات، أو تخيلنا أننا لاقيناه عندما نقارن أنفسنا بالآخرين؛ وهذا معناه أننا نبالغ في تأكيد أهميتنا في هذه الدنيا.

إننا تحققنا مخلصين بأننا لا نريد أن يكون الواحد منا واحد من الملايين التي لا عد لها، نفهم أن فشلنا في الماضي لا يبرز وسط ما منى به الناس من فشل على نحو ما نفكر نحن. إن بداية الثقة بالنفس تجيء عندما نكف عن التفكير بأن غيرنا لم يلاق مثل ما لاقيناه من مصاعب، وأن غيرنا لم يجد نفسه عاجزاً في نواح كثيرة كما وجدنا نحن أنفسنا.

ولسنا وحدنا دون غيرنا قد نكبنا بالضعف والعجز. فكل نقص فينا تعوضه قوة على شرط إن ننعمى هذه القوة.

قد لا نكون أذكياء ذكاءاً خارقا. وماذا يهم فملايين الناس غيرنا يشاركوننا نفس المستوى من الذكاء. ومع ذلك فأمامنا ما يمكن أن نؤديه ما هو أهم بكثير من الأعمال العقلية– فالعقل الكبير المجرد من الإنسانية الحقة خطر على نفسه وخطر على غيره.

وقد لا نكون أقوياء البنية ولا جذابين، ومثلنا في هذا، مرة أخرى، مثل الملايين من الناس. وقد يكون هناك من هم أضعف بنية وأقبح شكلا. ما أعجب العالم وأغربه لو أنه كان عالما لا يضم إلا الرياضيين وملوك وملكات الجمال؟ لا شك أنه عالم عجيب غريب!

إلى هنا ونحن نتحدث عن الذين يجدون أنفسهم في خشية من تحمل المسئولية، وما قيل عنهم ينطبق على من يبدون للوهلة الأولى أنهم على النقيض، أولئك الذين يصدق عليهم المثل، يقضمون أكثر مما يمضغون. أنهم يبالغون– أيضاً– في تأكيد أهميتهم في العالم بطريقة غير طريقة الفئة الأولى، ولكن لأسباب متشابهة في الأكثر مع أن الاستجابات المختلفة تأتي بنتائج مختلفة.

إن ضعف الثقة في النفس، أو المبالغة في الثقة في النفس ينشآن نتيجة رغبة الإنسان السوية في أن يعد ذكيا، وفي أن يقال له إنك لعلى درجة عالية من الذكاء. وأن الشعور بالنقص الذي أودعته الطبيعة فينا

كحافز يحدث كثيراً أن يلتوي بطريقة أو بأخرى خلال نمونا من عهد الطفولة. فإذا كنا انطوائيين كانت نتيجة ما نلاقيه من فشل في عهد مبكر أن نمعن في انطوائنا على أنفسنا؛ لأن رغبتنا في أن يرانا الناس قد عاقها عائق. وإذا كنا انبساطيين كانت نتيجة هذا الفشل أن تزيد من استجاباتنا العدوانية في سبيل الحصول على الإعجاب بنا.

على كل منا واجب نحو نفسه لابد أن يؤديه حتى قبل أن يفكر في تأدية واجبه نحو الغير، هذا الواجب هو أن يتصور كل منا وضعه في هذا العالم متناسبا مع وضع الآخرين. وأن يتحقق على وجه العموم من أنه ليس أسوأ من غالبية الناس وليس أفضل منهم. وليس أذكى منهم ولا أقل ذكاءاً منهم والحقيقة أن قلة قليلة جداً أولئك الذين يرفعون عن المستوى العام أو ينخفضون عنه.

وأولئك الذين يبدون أنهم ولدوا وعلى عاتقهم مزيد من المسئولية أو مجردين من المسئولية، سواء في عدم الاتزان، مظهرين لكل من له عقل يعي وعين ترى أنهم عاجزون عن مواجهة حقائق الحياة لا لأنهم عاجزون حقيقة، ولكن لأنهم لا يزالون تحت رحمة دوافعهم الغريزية التي لا يستطيعون السيطرة عليها.

فإذا وجدنا أننا ننتمي إلى واحد من هذين الطرازين من الناس علينا أن نحدد وضعنا في هذا العالم بالنسب الصحيحة.

فقد نتأكد من أن لدينا القدر الكافية لنجعل لأنفسنا حياة سعيدة نافعة وفقاً لإمكانياتنا الخاصة أياً ما كانت. وإذا كنا نشعر شعوراً قوياً بالنقص وعدم الكفاءة وجب أن نعلم أن هذا الشعور يشاركنا فيه كل من حولنا مهما كان موفقاً في إخفائه. وإذا كنا نحسن الظن بأنفسنا ولكننا نشعر بأن جهودنا مضيعة لم يستفد منها فقد وجب أن نحدد لأنفسنا هدفاً معقولاً في الحياة وأن نعمل للوصول إليه.

وعلى أية حالة من الحالتين يجب أن تكون خطواتنا الأولى هي التخلي عن الأحلام والأوهام. وأن نواجه حقائق؛ الحياة وستكون الخطوة الكبرى التي تخطوها إلى الأمام أن تكف عن التفكير عن نفسك بعد أن يتبين لك هذا.

١٢- هل أميل إلى السعي وراء المستحيل، والأمور الوهمية؟

إذا كنا قد أجبنا عن السؤالين السابقين إجابة صادقة مخلصة كنا في سبيل التحقق مما إذا كنا نميل إلى بذل جهدنا وإضاعة وقتنا في الأماني الفارغة بدلا من السعي وراء تحقيق مكاسب عملية.

إن الشخص الذي لا يثق في نفسه ثقة حقيقية هو وحدة الذي يظل بعد انقضاء عهد الطفولة سادراً في تغذية شعوره الداخلي بالنقص بأوهام وأمان غير حقيقية.

وأنه لمن الطبيعي أن يشغل الشاب نفسه بخيالات وأوهام عن المال الوفير، وعراقة الأصل وطيب العنصر، والبطولة، ولكنه ليس من

الطبيعي أن يلعب بلعب الأطفال. وأن الشعور بالنقص كفيل بأن يسمم كل محاولة إذا سمحنا له أن يتسلط علينا ولكنه يمكن أن يكون حافزاً إلى النجاح إذا ألزمناه حدوده.

ويعزى جانب من المتاعب إلى القيم الباطلة التي استقرت في عقول الكثير من الشبان عن طريق المنزل، وعن طريق المدرسة، وعن طريق العالم (المتحضر) الذي نعيش فيه. فنحن الآن في حالة من الفوضى الأخلاقية لا يدهشنا معها أن يتقبل الشبان والفتيات السذج فكرة أن حياة الترف والشهرة الرخيصة والسلطان عن طريق القوة أو الجنس هي غايات ينبغي السعي وراءها والعمل على الوصول إليها في الحياة.

وبذلك يحدث أن كثيراً من الناس يحتقرون ما في أيديهم من فرص وممتلكات حقيقية سعياً وراء رفاهية لن يصلوا إليها. إن بريق الشهرة يغرى البعض الآخر فيحلمون بوجوههم المكبرة تبتسم من إعلانات الحوائط العريضة؛ أو يحلمون بأسمائهم تحتل عناوين الصحف البارزة. ونجد الأزواج والزوجات الذين يحتقرون شركاء حياتهم لأن فكرة الغرام الرومانطيقي قد استحوذت عليهم.

كل مثالية خير. وأن الكسول البليد الذي لا يبذل أية محاولة ليحصل على تجربة وإرضاء كاملين، أو لينمي مواهبه البدنية والعقلية والروحية إلى أقصى حد ممكن؛ مثل هذا الشخص لا يحقق إلا وجودا

نباتيا. ومع ذلك فهذا شيء خير فالتطرف في الاتجاه المضاد يضر بأهم مصالحنا.

إن أحلام اليقظة لا تؤذي أحدا على شريطة ألا يصل بها إلى حد التطرف. ففي هذه الحالة تمتص كل قوة، وكل قدرة على التركيز اللازمين لممارسة شئون الحياة اليومية العادية لعلنا نحتاج إلى العودة إلى بعض القيم التي سادت العالم قديما التي كانت تعتبر العمل مساهمة من الفرد للجماعة الإنسانية، وأنه نوع من العبادة. فهذا من شأنه أن يزيد من قدر ما تؤديه من عمل مهما كان تافها.

إذا كنت تحلق بخيالك إلى القمر فلماذا لا تقنع نفسك بالإعجاب به حيث هو؟ إن مصباحك الذي تضعه بيديك يكفي حاجاتك الحقيقية إذا اعتنيت به.

١٣- هل مطامعي عملية معقولة، أو هل هي مستحيلة أو أنه ليست لي مطامع على الإطلاق؟

ما هي النتيجة من إلقاء هذا السؤال الذي يتبع بالضرورة الأسئلة السابقة؟ يتوقف على إجابة هذا السؤال الكثير من أملنا في السعادة والنجاح المعقول. وهذا السؤال ينصب على خلاصة حياتنا الداخلية (الباطنية).

يحتمل ألا يكون لدينا طموح حتى لو اعتبرنا أن ما نريده من هذه الحياة نوعا من الطموح. ولكن ما نراه يستحق التحقيق هو في الحقيقة

هدف؛ سواء أكان هدفا مهما يساهم في رقي الفنون أو تقدم العلوم، أو يساهم في تسيير دفة أعمالنا. أم إذا كان أساسا للحياة المنزلية السعيدة.

وإذا كنا لا نعرف على وجه الدقة ما هو هدفنا؛ كان خير وسيلة لمعرفته أن نفهم قدراتنا الحقة بالنظر المدقق إلى تقويم شخصياتنا.

إن الطموح العملي المعقول هو الذي يتناسب مع قوانا الطبيعية. وهو وحده يكون في الإمكان تحقيقه إذا عنينا بأن ننمي قوانا الطبيعية هذه إلى الدرجة التي تتناسب مع تنمية سائر صفاتنا الإنسانية. أما الطموح المستحيل فهو السعي وراء الخيال؛ وراء المثل الوهمي الذي يكون عائقا لنا– لا عونا– في السعي للوصول إلى أقصى حد ممكن من الرضى.

وقد نضع لأنفسنا هدفا بعيدا يحتاج منا إلى جهد يفوق الطاقة الإنسانية لتحقيقه بالنسبة إلى ظروفنا وإمكانياتنا وتكون النتيجة في مثل هذه الحالة أن نصاب بخيبة أمل.

عندما يظل الهدف بعيد المنال نشعر دائماً شعوراً بالخيبة يفسد التقدير الحقيقي لكل فرد واقعي نحصل عليه. وإذا ما وصلنا إلى تحقيق ذلك الهدف يكون هذا دائماً على حساب قناعتنا الحقيقية، كما يحدث في حالة رجل الأعمال الناجح الذي يحول قلبه نفسه إلى ذهب، وبذلك يفقد كل اتصال إنساني حقيقي.

في وسع كل منا أن يخلق– بجهد قليل– أشياء مهمة. ومن عجب أن أسمى شكل من أشكال الخلق المتاحة للإنسان هي أقل ما يهتم به. فمثلا لن تجد أفضل من تقدم إلى العالم طفلا أو أطفالا تكون تربيتهم معينة لهم على أن يسهموا في سعادة الإنسانية جمعاء. إن الوالدين اللذين يكونان قد قضيا حياتهما في هدوء، وفارقوها من غير تكريم أو تمجيد، ولم يبالغا في تصور أهميتها في العالم، أن هذين الوالدين هما اللذان يكونان قد حققا أعظم المطامع عمليا وأكثرها مدعاة للفخر.

ولا شك أنهما قد حصلا على أكبر جزاء حقيقي.

يجب أن نبني الطموح على أساس من مواهبك الطبيعية، هذا الأساس من شأن أن يتيح لك الفرصة لتحقيق طموحك، ومن ناحية أخرى تبرر لك حقك في الفخر عندما تكون تحقيقه في متناول يدك؟

١٤- هل أراعي شعور الذين يعيشون ويعملون معي، مدركا أن مشاعرهم مهمة كمشاعري سواء بسواء؟

قد نكون في هذه النقطة بدأنا نشعر بنتيجة امتحاننا لأنفسنا أننا نفهم في شيء من الوضوح عمل عقولنا وقلوبنا، إذا كان ذلك كذلك وجدنا من السهل أن نفهم ما في عقول وقلوب الآخرين.

نشترك جميعا في طبيعة واحدة، وإن كان كل منا فرداً مستقلا في فرديته، وأجسامنا جميعا عرضة للاحتراق بالنار أو الغرق في الماء، وعقولنا وقلوبنا عرضة لأن يفسدها حزن أو خيبة أو إذلال بطريقة أو

بأخرى. وننسى هذا أحيانا وندهش عندما تؤثر كلماتنا الطائشة في الآخرين تأثيرا قوياً، لأن اهتمامنا بذواتنا يمنعنا من أن ننفذ إلى تجارب الآخرين ولا أن نقدر حياتهما تقديراً كاملا.

نحتاج عادة إلى مجهود واع حتى ينتج للناس ما ننتجه لأنفسنا في حرية، وإذا كنا سريعي الغضب عنيدين وجدنا ما نبرر به سرعة غضبنا وعنادنا. ولكننا عادة نطلب ممن يعيشون معنا قدراً من السماحة لا نصل نحن إليه.

صحيح أن منا من يتمسك بمستو معين من السلوك فيضايقه أحيانا ما يشعر به من عدم تجاوب الآخرين معه، يحدث هذا من وقت لآخر ولكن عندما يحدث هل نبحث عن علة حدوثه ونشعر عادة بالكدر والغضب الشديدين.

ولا يعني هذا أننا نقبل دائماً سلوك الآخرين المعوج، وأن نبيح للأنانيين أن يسلكوا كما يشاءون فهذا من شأنه أن يسيء إليهم كما يسيء إلى كل من يحيط بهم، وإن كان علينا أن نمتنع عن الحكم أطول مدة ممكنة لأننا عرضة للخطأ، إلا أنه في بعض الأحيان من الضروري أن نصدر الحكم بل قد يكون من الضروري أن نعاقب على غلطة ما لأكثر من سبب. وعلينا أن نفعل أكثر من هذا لو كان مستطاعنا بأن نضع أنفسنا مكان الشخص الآخر لندرك أسباب سلوكه وهذا يتطلب قدراً كبيراً من التخيل والفهم.

ونجد أنفسنا أحياناً كثيرة أننا ساعدنا على الإتيان بموقف غير سار لأننا فشلنا في أن نهيئ الأمور للشخص الذي يعنينا إذا كان هذا هكذا علينا، أم نعترف بخطئنا قبل أية محاولة لتصحيح الخطأ.

ليس من القوة في شيء أن نمضي في حياتنا على نحو ما نشاء، فهذه علامة ضعف أكثر منها علامة قوة- وعلى ضيق الأفق وصغر العقل؛ لأن العقل الكبير يدرك أن وجودنا الشخصي ليس إلا جزءاً من حياة المجتمع: لا نملك في كل ما نفكر فيه أن نفعله أن نتجنب الاستجابات التي تؤثر في كل ما يتصل بنا؛ وهذه والحق يقال مسؤولية كبيرة.

إن بعض الناس الأمناء المخلصين يسببون المتاعب لغيرهم لأنهم يصرون على التمسك بالمبادئ؛ وقد تكون هذه المبادئ في بعض الأحيان مجرد قواعد لا أهمية لها يحاولون فرضها على الآخرين بالقوة. وإذا اقتنعنا بأن أمراً ما صحيح فلماذا لا نسمح لأنفسنا بأن نقول هكذا، أو أن نتصرف وفقاً له وإن كنا لا يحق لنا أن نعرض هذا الشيء على الآخرين الذين قد لا يكون غير منتفعين به، وليس ثمة مبدأ يبرر لنا قوتنا على الآخرين أو عدم مراعاتنا لشعورهم.

فالحقيقة نفسها قد تكون نسبية، ومن الأفضل كبت الحقائق الظالمة، إن الأكذوبة الاجتماعية، المعقولة أو المفعولة هي أساس المجتمع. وليس من الخطأ كل الخطأ أن نكون كذلك قليل منا يستطيع أن يواجه الحقيقة عن أنفسنا ولو كنا في خلوة نبحث عنها في أعماقنا.

ولا نستطيع كذلك أن نتحمل أن يشير إلى شخص آخر ومع ذلك فنحن حريصون في أحيان كثيرة على أن نواجه أصدقائنا بالحقائق المجردة التي تخصهم.

كم يكون من الخير أن تعكس الآية، نحرص على شعور أصدقائنا، وأن نكون صرحاء مع أنفسنا.

إذا أكرهت بعد امتحان نفسي دقيق أن تعترف أنك لا ترعى دائماً مشاعر الآخرين كما تحب أن يرعى الآخرون مشاعرك، لماذا لا تحاول منذ الآن تكوين عادة مشاركة الآخرين شعورهم، وأن تضع نفسك مكانهم؟

ولن نخسر البتة اللهم إلا قليلا من المتع الشخصية إذا وضعت نفسك موضعهم وبالنية الحسنة الشاملة تكسب الكثير.

١٥- هل أكون مستعداً لبذل أية تضحية شخصية إذا دعت الضرورة إلى ذلك؟

إن الاختبار الحقيقي لمشاعر الصداقة والود يجيء عندما تتاح الفرصة أن نعبر عنها تعبيراً ملموساً. وليس من الضروري أن يكون التعبير في طريقة مادية مع أنه قد يكون كذلك في بعض الأحيان. وقد يكون هذا التعبير بأن تكون مستعداً أن تتحمل شيئا من التعب وأن تختزن خططاً تغيرت فجأة، أو تتخلى عن لذة متوقعة.

ومن عجب أن أكثرنا يحسن مواجهة أزمات الحياة الخطيرة؛ إذا ألم بصديق مرض خطير، أو نزلت بساحته مأساة تسارع إلى مساعدته ونجدته غير عابثين بشئوننا الشخصية، ولا نكون دائما مدفوعين إلى ذلك بدوافع نبيلة. فنحن نرضي رغبتنا الدفينة في أن يكون الآخرين في احتياج لنا فستهل الفرصة لمساعدتهم، ولكن ليس من شأنه أن يحقر عملنا أو يقلل من أهميته.

يفشل أكثرنا في مسائل الحياة الصغيرة، ويضايقنا أن يطلب منا أن نضع أنفسنا في خدمة شخص آخر، فقد يطلب منا أحد جيراننا أن نقفل له الراديو. ما أشد ضيقنا بها. أو يطلب منا أن نعتني بطفله في الوقت الذي نكون نطمع فيه أن نصيب شيئا من الراحة والهدوء وقت القيلولة، وكم نأسف لهذا الإقلاق. ولكن التضحية الحقيقية تظهر في تلك الخدمات الصغيرة. وتدعوننا إلى بذل معونتنا في مثل تلك المناسبات التي تظهر قيمتها وأنها ليست تضحية سطحية.

وعلى أي حال إذا طلبت منا تضحية صغيرة كانت نتيجتها عند طالبها أكبر من المجهود الذي بذل فيها. وسيدوم تقديره لنا زمناً أطول من الزمن الذي تعبنا فيه من أجله.

من الطبيعي أن هناك نفراً من الناس يتعمدون الإفادة من الغير وبإزاء شخص من هذا القبيل علينا أن نعرف متى نمتنع عن مساعدته لصالحه أكثر مما لصالحنا، لأنه يجب أن يتعلم أن الحياة أخذ وعطاء وليست أخذاً كلها ومهما يكن من شيء فهذا الصنف من الناس أقلية

وسرعان ما يعرف أمرهم. وليس من سبب يدعوننا أن نسبب لأنفسنا المتاعب والمشاق من أجل هؤلاء الذين يستعيرون ويستغلون غيرهم دائماً ونادراً ما يردون ما يأخذون.

ولكن من الأفضل على وجه العموم أن نقدم معونتنا مرة أو مرتين ولا نمتنع عن تقديمها كلية، فهذه المعونة مهما قل شأنها ستعين إنساناً في ساعة ضيق.

في وسع أكثرنا أن يساعد غيره من الناس من وقت لآخر وبطريقة أو بأخرى. وتمر بأكثرنا أوقات في حياته يحتاج فيها إلى معونة الآخرين، فكل منا مرتبط بالآخر في أخوة عملية صادقة وبرباط الإنسانية المشتركة.

ليست من أمارات القوة أن نتباهى بأننا لم نتلق قط المعونة من إنسان؛ فالإنسانية هي التي تجعلنا مستغنين عن الآخرين استغناءاً تاما، وهي أيضاً التي تجعلنا معتمدين على الآخرين في كل شيء لأننا بهذه الطريقة نحرم الآخرين من شعور الارتياح الحقيقي الذي يشعرون به عندما يقدمون لنا حقوقهم في صداقة حارة، أن تتعلم أن تأخذ لا يقل أهمية عن أن تتعلم أن تعطي؛ فالأخذ يشق على بعض النفوس أكثر مما يشق عليهم أن يعطوا. فقبول المعونة معناه عند بعض الناس تضحية فعلية بكبريائهم الشخصي، هؤلاء ينبغي لهم أن يتعلموا كيف يتعلمون هذه التضحية.

إننا نميل جميعاً إلى كثرة التفكير في أنفسنا، ولعل هذا تعويض لشعورنا الداخلي بالنقص وعدم الكفاءة؛ ولكن عندما تطلب منا تضحية شخصية أياً كانت صغيرة أو كبيرة؛ إذن يكون قد حان الوقت لنظهر تقديرنا الحقيقي لأنفسنا، ومن البين أن أغنانا هو أكثرنا قدرة على العطاء، إذا كنا أغنياء في الصحة والقوة، وفي التعاطف الإنساني، كشفنا عن خير ما فينا بالوفرة والسرعة في العطاء.

وقد نميل إلى التباهي بأننا في وضع يمكننا من تقديم المعونة، ولا يحوجنا إلى طلبها، وإن كان القليل منا يستغني في أي وقت من الأوقات عن معونة الآخرين مادياً أو روحياً، إذا كنا في الجانب أهل العطاء لا ينبغي أن نبالغ في الثناء على أنفسنا والثقة فيها ونشكر الله على ما أخذنا نحن.

فالفضل ليس فضلنا، لولا الصحة العقلية والبدنية. ولولا الفرصة المواتية ما سرنا في طريقنا خطوة واحدة، والحقيقة أننا امتحنا الكثير على خلاف ما نتوهم.

وخير شكران تقدمه على ذلك أن تستمر في بذل التضحيات الصغيرة التي تعني الكثير للآخرين.

الفصل الثاني عشر

٥- خلاصة (التقويم الشخصي) لذاتك

١٦- هل اعتبر مخلصا أن الرجال والنساء متساوون على الرغم مما بينهم من اختلاف؟

لعلك تدهش من أننا لم نشر في هذا الكتاب إلا قليلا إلى الحقيقة الجنسية، وما قد تثيره من مشاكل في حياتنا من وقت لآخر. هذا السؤال والسؤال الذي يليه ينصبان مباشرة على هذا الموضوع. فلا شك أن حياتنا الناجحة تتطلب معرفة بمطالب الحياة الجنسية. وقبول هذه المطالب، الوصول إلى توازن حقيقي وانسجام في حياتنا الجنسية.

وإن كان رأيي– مع ذلك– أن ثمت اتجاهاً قوياً إلى إخراج الناحية الجنسية من المضمون الطبيعي باعتبارها جزءاً من الحياة؛ وبالتالي المبالغة في الاهتمام بها. وهذا خطر وقعنا فيه، وكان وقوعنا فيه رد فعل طبيعي، وإن كان غير مرغوب فيه. للسرية التي كانت تحاط بها المسائل الجنسية في القرن الماضي.

والقواعد التي تصدق في الحياة اليومية العادية تصدق أيضاً في الحياة الجنسية؛ يجب أن نقبل الجنس باعتباره جزءاً من حياتنا العادية؛ جزءاً متكاملا. ولا يصح اعتباره أمراً يجب أن يحاط بالكتمان، وأن

نمارسه في إفراط وتفريط في الخفاء؛ بينها نجد أن الخلاعة الشائعة نوع من الاحتجاج على تزمت الماضي تزمتا مبالغ فيه. ولم يوجد المجتمع الذي يتكيف أعضاؤه تكيفاً فردياً على أساس قبول الجنس باعتباره أمراً طبيعيا. وتعكس حياة العامة حياة الفرد السوية من الناحية الجنسية.

إن الأساس في السعادة في الحياة الجنسية هو الاعتراف بأن الجنسية شيء طبيعي، وضروري لبقاء النوع البشري وتطوره؛ بل وأكثر من هذا أنه "ضربة عبقرية من جانب الله" لإمكان قيام اتحاد وثيق بين فردين لا يحقق لهما هذا الاتحاد أية علاقة أخرى.

ينشأ الأغلبية من الرجال والنساء وهم ينظرون إلى الجنس نظرة خاطئة تدعو إلى اليأس لأنهم لا يعترفون بهذه الحقيقة ولا يعملون بموجبها. هذا هو السبب الذي دعاني إلى أن ألقي هذا السؤال بصيغته هذه حتى تستبين من استجابتك المباشرة قبولك أو عدم قبولك للجنس باعتباره أساساً طبيعيا لحياتك.

فكر في السؤال الآن هل تعتبر في إخلاص أن الرجال والنساء متساوون وإن كانوا مختلفين؟

كثير منا يؤيدون بألسنتهم فقط المساواة النظرية بين الرجال والنساء لا لسبب إلا لأن هذا هو الاتجاه العصري. ولكننا في أعماق قلوبنا مقتنعون بأن ليس ثمت مساواة على الإطلاق بين الرجال والنساء. كثير من الرجال مقتنعون أشد الاقتناع وأعمقه بتفوقهم الأصيل بل وكثير

من النساء يعتقدون في تفوق الرجل؛ وكثيراً ما تؤيد استنكاراتهن الصارخة هذا الرأي لأنهن يكرهن حقيقة كونهن نساء ويفضلن- لو استطعن أن يكن رجالا. ومثل أولاء النساء يتطرفن في تأكيد المساواة بين الجنسين، وينكرن أن ثمت اختلاف بينهما، ويؤكدن أنهن يستطعن أن يقمن بأي عمل يؤديه الرجل.

ومهما يكن من شيء، فالحقيقة أن الطبيعة حرمت المرأة من بعض القدرات- مثل تفوق الرجل في القوة البدنية، في حين أنها (أي الطبيعة) زودتها بقوة حرم منها الرجل. ما هي إذن علة الخلاف في هذا؟ فأمامنا مخلوقان مهيئان لحياة ثنائية؛ يشتركان معا في بناء وحدة أساسية رائعة للمجتمع، وكل يساهم في حياة الآخر. وفي حياة الإنسانية؟ ولا شك أن هذه حياة أفضل بكثير من أية حياة تقوم على وجود فردي للرجل أو المرأة.

إن الرجل القوي الذكي له الحق أن يفخر وأن يسعد باستطاعته أن يبني حياة نافعة مجزية ليست له وحده وإنما لزوجته وأطفاله أيضا. والمرأة القوية الذكية لها الحق كل الحق في أن تخفر وتسعد باستطاعتها أنت ساعد رجلها بمساهمتها الخاصة للأسرة وللحياة الاجتماعية. إن الكثير يتوقف على المرأة؛ أكثر مما يحتمل أن نعترف اليوم. ففي وسع المرأة أن تبني مستقبل زوجها، وفي وسعها أن تهدمه بتشجيعه في ساعات اليأس أو بتقوية ثقته بنفسه عندما تخذله في أوقات الفشل. في وسعها أن تبني سعادته العائلية أو تهدمها، لا بسبب أنها تحبه أو لا تحبه

حبا رومانطيقيا، ولكن بسبب ما تستطيع أن تطبقه من مبادئ السلوك الإنساني السوي على حياتها الزوجية. وفي وسعها أيضا أن تبني حياة أطفالها أو أن تهدمها على نحو لا ينكشف مطلقا للأب؛ إذا كانت تربيتها لهم تلائم أو لا تلائم حاجاتهم في المستقبل.

هذا أمر مهم. وتظهر لنا أهميته لو نظرنا إلى مجتمعنا الحاضر. فنحن نعيش في زمن كان يشيع فيه الاتفاق على مساواة الرجل والمرأة نظريا. وفيه أيضاً تراخي تشدد الرأي العام على مناقشة الأمور الجنسية وعلى السلوك الجنسي الطليق. وأكثر من هذا فمن الواضح أن كثيراً من الشباب في العشرين أو الثلاثين سنة الأخيرة قد عقدوا حياتهم الجنسية؛ حتى يمكن القول أن حرية القول والعمل في الأمور الجنسية كان ضررها أكثر من نفعها.

والحقيقة أننا لا نستطيع الآن أن نحكم ما إذا كانت الحرية التامة نافعة أم ضارة؛ فلا يزال النفاق القديم يعمل عمله في حياة هؤلاء الشبان، التي لا تعزى أخطاؤهم إلى مجونهم أو إلى استهتار مجتمعهم بقدر ما تعزى إلى نقص التربية في الصغر الذي حرمهم من الإفادة من الحرية التي أتيحت لهم خير إفادة.

أولا أن ضرراً بليغاً يترتب على ما يوحي إلى الولد أو البنت في طفولتهما أنه متفوق وأنها ناقصة على أساس الاختلاف الجنسي وحسب. وكثيراً ما يوحي وإلى البنت الصغيرة أنها أقل قيمة من الولد وقد تسمع

والديها يصرحان بأسفهما لأنهما لم يرزقا بولد. ولا شك أنها كثيراً ما تسمع من أخيها أو من زميلها في اللعب "لست إلا بنتاً".

وكثير من الفتيات يصبحن نساء مسترجلات، يتمنين لو أنهم كن رجالا، ويعجزن عن أن يكيفن أنفسهن على أن يصبحن نساء حقيقات، وقد يتحولن إلى عانسات ناقمات، أو يصبحن أمهات بالرغم منهن فينتقمن لا شعورياً من أطفالهن بسبب كراهيتهن لكونهن أمهات. وقد يفشلن في زواجهن لأنهن يسعين لا شعوريا وراء الانتقام من الرجال بسبب شعورهن بأنهم– أي الرجال– قد أسأوا إليهن ومن هذه العلة ينبثق عدد عديد من المآسي كبيرها وصغيرها.

والعكس. أن الولد الصغير الذي انطبع في ذهنه منذ طفولته أنه متفوق بسبب كونه ذكراً يحتمل ألا يصل إلى السعادة الجنسية التي ينشدها لأنه يعجز عن احترام المرأة التي أختارها شريكة لحياته، والاعتراف لها بالحق في أن تحيا كإنسانة بحياتها الخاصة وبإرادتها وبأفكارها ورغباتها.

ويحتمل أن يتأثر كل من الفتى والفتاة تأثراً بليغا بتلك الغلطة الفظيعة في التربية والتي أشرنا إليها في مكان آخر– ونعني بها غرس فكرة أن الجنس شيء قذر وغير مرغوب فيه. وأنها حقيقة شديدة الخطر– أو هي فلته تدعو إلى الأسف من جانب الخلق وأنه من الخير ألا نفكر فيه أو لا نتحلب عنه.

هات طفل ربى هكذا وأطلق له الحرية في مجتمع تزداد فيه الحرية النظرية وستكون النتيجة المحتومة هي هذه المآسي التي تضج من حولنا في وقتنا الحاضر؛ وللأسف أن عدداً كبيراً من الناس اليوم نشأوا هذه النشأة وليس سبب تلك المتاعب هي الحرية الجديدة وإنما سببها عجز شبابنا أن يستخدم هذه الحرية على نحو بنائي مفيد نتيجة تربية خاطئة.

ومن هذا الموقف نشأت أنواع المصاعب والمشاكل. فالمرأة التي تكره أو تحتقر الجنس لا شعورياً لن تكون زوجة مرضية مطلقاً؛ فيبحث زوجها في مكان آخر وعند امرأة أخرى عما تعجز هي عن منحه له ولا تدري لماذا تعجز. وهي كأم تفسد حياة أطفالها فإذا كان طفلها ولداً حاولت أن تربطه بها بروابط قوية غير طبيعية فتكون النتيجة أن يفشل مستقبلا في الحصول على السعادة مع شريكة حياته.

وإذا ظلت عزبة أخذت تبحث عن عمل لا لحاجتها إليه ولكن لتعويض ما حرمته من حب وإرضاء في الحياة الجنسية.

مثل هذه الآثار الضارة تلحق بالود، إذ يعتقد أن الجنس شيء قذر فإنه يكره كل امرأة باعتبارها أداة الجنس. ويحتمل أن ينتقم من كل امرأة في المستقبل بسبب ما يشعر به من خجل وإثم عندما يستسلم للدوافع الطبيعية التي هي جزء ضروري من غرائزه.

ومن هؤلاء أولئك الذين يتهالكون على النساء، والأزواج الفاشلين، وأولئك الذين ينفسون عن دوافعهم الجنسية بطرق شاذة. وكثيرون يعاون

كثيراً لأنهم يفشلون في تحقيق حياة جنسية سعيد، ويسببون الشقاء لمن يحبون من النساء، ويشقى البعض بسبب المجتمع ولا يعرفون إلى أي حد يعتبر المجتمع مسئولا عن انحرافهم.

وقليل منا لا يدرك آثار التربية الخاطئة في حياه من الناحية الجنسية. وقد تكون متاعبنا ضئيلة إذا قورنت بمتاعب غيرنا، أو قد نكون نجحنا في التغلب عليها بحيث يبد لنا من غير المعقول أن تقارن بالمشاكل الرئيسية التي تسبب الزيجات المحطمة أو الفضائح العامة ومع ذلك ينبغي علينا أن ندرك أن الاختلاف ليس في النوع ولكن في الدرجة وحسب، فإن هذا من شأنه أن يمكننا من فهم مآسي الآخرين.

إذا تحققت في حياتك آثار الانطباعات المبكرة الخاطئة. والتي لم نتغلب عليها بعد وجب عليك أن تبذل مجهوداً لتتحقق من أصل المتاعب. وبهذه الطريقة وحدها تستطيع أن تكسب نظرتك إلى الجنس الانزلاق والانسجام اللذين يؤديان إلى زواج ناجح ليس أحد الجنسين متفوقا على الآخر- يختلف كل منهما عن الآخر في قوته وضعفه، ولكنهما يكمل الواحد الآخر لتحقيق السعادة لكنهما- وليس الجنس شيئاً- تخجل ولا يمكن تجاهد في حالة الصحة. على العكس يجب أن يؤخذ على أنه الأساس الطبيعي لنمو الإنسان وسعادته سواء للفرد أو للجماعة.

١٧- هل أنا مستعد تمام الاستعداد للزواج؟ أو هل أحمل زواجي أكثر مما يطبق؟

ليس الزواج أن تحيا أبدية سعيدة مع الأمير الفاتن أو الأميرة الفاتنة؛ إنه عملية طويلة ينمو بها تدريجياً التفاهم والمعونة المتبادلة بين كائنين لكل محاسنه ونقائصه. الزواج هو بداية كتاب الحياة تكون الطفولة والمراهقة مقدمة وإعدادا له؛ ولن يكون الزواج هو الفصل الأخير في كتاب الحياة وإنما هو الفصل الأول منه.

لن يفشل زواج قط بسبب نقيصة في أحد الزوجين، إنما يسئم الواحد من الآخر لأنهما سارا في اتجاه خاطئ، ولأنهما نسيا أن يطبقا في حياتهما المنزلية مبادئ السلوك الإنساني السوية.

ليس هذا السؤال مستقلا عن سابقيه؛ لأننا إذا كنا قد أجبنا عن الأسئلة الستة عشر السابقة إجابات عملية مفيدة قوى الأمل في أن نعتبر أنفسنا مستعدين للزواج، أو نكون أزواجاً وزوجات ناجحين إذا كنا قد تزوجنا.

إذا كنا قد حاولنا أن نفهم وجهة نظر الآخرين، وأن نتعظ من أخطائنا، وأن نستغل الأشياء على خير وجه. وأن نواصل السير بعد فشل مؤقت. وهكذا- إذا كنا قد اجتزنا جميع النقاط التي ناقشناها آنفاً، وأدينا الأشياء الصغيرة التي تزيد من حلاوة الحياة العادية؛ إذا كنا حاولنا أن نفعل كل هذا عندئذ نستطيع أن نقول أننا لائقون للزواج، وهذه اللياقة

تتضمن بالضرورة نفس الاتجاه إزاء الحقائق الجنسية على نحو ما بينا منذ قليل.

إنها سلسلة طويلة.

يجب أن نحتمل شريك حياتنا على الأقل، كما نحتمل شريكنا في العمل.

يجب أن نقدر الأشياء العملية الحقيقية التي يجلبها الزواج ولا نسعى وراء الأوهام. وراء الحب الصبياني، ويجب أن نكشف عن هذا التقدير.

يجب أن نتحقق من أن شريكنا كائن بشري يشاركنا نفس مشاعرنا ونفس أخطائنا.

أضف إلى هذا يجب أن يكون لدينا قدر كاف من المعرفة العملية والعلمية الصحيحة، لأنه كثيرا ما يفشل الزواج بسبب مشاكل جنسية فنية على خلاف العقيدة الشائعة: أن أسباب الزواج غير الموفق لا تتعلق بتلك النواحي.

ومن حسن الحظ أن كثيراً من شباب اليوم يتزوجون وهم يعرفون ويفهمون ما تنطوي عليه العملية الجنسية، وإن كانت هناك حالات تخالف هذا. وكل زوج، أو زوجة– يعتقد أنه، أو أنها لا يزال جاهلا بهذه

الأمور يجب أن يحصل على كتاب صغير، وقد أصبح في المتناول عدد من هذه الكتب(**).

وسبب المتاعب من هذه الناحية أن معارف الشبان بصددها ليست متسقة، وهذا أمر من السهل علاجه.

ليس من العجيب أن يصاب زوجان شابان في شهر العسل بخيبة أمل لقلة تجاربهما. وكثير ما ينهاران عاطفياً إن لم يكن بدنياً أيضاً ويلقي كل منهما اللوم على الآخر سراً، لأنه فشل في أن يحقق له ما توقعه من سعادة ومتعة كاملة. وقد يكون هذا النفور من شأنه أن يقيم بينهما حاجزاً عاطفياً قد يدمر زواجهما. يجب أن يتحقق كل شاب من أن المتعة الحسية في الزواج هي شيء قابل للنمو أيضاً؛ وأفضل العشاق يصنعون ولا يولدون. ويجب أن تتحرر عقولنا من كل خجل خاطئ، وأن يلهم العمل الجنسي شعور صادق. وقبل أن يصل الزوجان إلى اتحاد جنسي مرض يحتاجان إلى زمن يتم خلاله التوافق الحقيقي بينهما.

وفي حياة الإنسان الجنسية ما هو أكثر من الاتصال الجنسي؛ ولذلك يخطئ من يؤيد الاتصال الجنسي الحر على أساس مقارنة الإنسان بالحيوان، فلا وجه لهذه المقارنة. فالحياة الإنسانية– كما رأينا في الجزء الأول من هذا الكتاب– تحيا في ثلاثة مجالات: المجال البدني، والمجال العقلي، والمجال الروحي. ويجب أن يقوم الزواج على أساس هذه المجالات الثلاثة.

(**)منها كتاب. "الحب من غير خوف" وله ترجمة عربية ظهرت في مجلة الفصول. (المترجم).

وأنه من الطبيعي في الإمكان أن يوجد الاتحاد البدني على هذا المستوى وحده، وأن يكون على هذا المستوى ممتعاً غاية الإمتاع. ولكن أولئك اللذين يحيون حياتهم الجنسية على هذا المستوى وحده يخسرون الشيء الكثير، أكثر ما ينتفعون، ولن يسمحوا لأنفسهم أن يعتقدوا هذا لأن في هذا اعترافاً منهم بنقصهم.

إن الاتحاد الذي يتم في المستوى الحسي فقط يحرم صاحبه من نوع خاص من الاكتفاء؛ هذا النوع الذي حصل عليه الإنسان كقمة من قمم التطور.

هذا النوع من الاكتفاء هو الاتحاد بين شخصين على أسس بدنية وعقلية وروحية الذي يعتبر خير ما تتوج به الحياة الزوجية الثابتة. إذا اعتبرت هذا القول مبالغاً فيه تأمل حياة زوجين كهلين مخلصين وما يتمتعان به من سلام وطمأنينة.

تذكر أن موضوعنا يقوم على أساس أن الحياة الإنسانية تصل إلى الانسجام التام عندما تحصل على التوازن؛ فالجسم يحتاج إلى التوازن بين أعضائه وأجزائه حتى يصل إلى الصحة التامة، ويحتاج الإنسان إلى التوازن بين الجسم والعقل والروح حتى يصل إلى الكمال؛ وكذلك الزواج يحتاج إلى التوازن بين الإشباع البدني والعقلي والروحي حتى يصل إلى النمو الكامل. وتنمو عن مثل هذا الزواج العائلة السعيدة سعادة حقه، التي يربى أطفالها في جو من السلام والتفاهم والرضى، ويمضون في حياتهم الخاصة بنظرة متوازنة تصل بهم إلى النمو الكامل.

وعلى الوالدين وحدهما تقع المسئولية الهامة لا لحياتهما المشتركة، ولكن لحياة أطفالهم المستقبلة. وقد يبدو هذا القول صعباً عندما نتذكر أمر الآباء المضحين ذوي القصد الحسن الذين يلاقون الخيبة من أطفالهم؛ أو على الأقل يجدون أطفالهم يعيشون وفق مبادئ تختلف عن مبادئهم. ولكن غرس هؤلاء الآباء سيثمر في حياة أطفالهم المستقبلة، لا يكفي أن تربي الطفل على أن يكون أمينا مجتهداً وأن يكون مواطنا صالحا، من غير أن تعده لأن يكون زوجاً وأباً صالحا، وأن تكون زوجة وأماً صالحة.

يجب أن يبدأ الإعداد للزواج، والأبوة في وقت مبكر؛ ولو بدا هذا القول داعياً إلى السخرية. يجب أن تكون الصراحة رائد الوالدين منذ السنين الأولى فيما يتعلق بالموضوعات الجنسية، وأن تكون الأمانة طابعنا عند الإجابة على أسئلة الأطفال بكلام يكون في متناول فهمهم.

يجب أن نقلع عن الإيحاء إلى الولد بأنه متفوق على البنت، والإيحاء إلى البنت بأنها أدنى من الولد. يجب أن يقبلا كليهما اختلافهما في الصفات والاتجاهات على ما هي.

يجب أن نتحدث عن الجنس باعتباره أمراً طبيعياً وصائبا. ويجب ألا تكون الموضوعات الجنسية موضوعاً لأحاديث خاصة توحي إلى الأطفال بأنها موضوعات بالغة الأهمية. ويجب أن يدخل في تثقيف الطفل معرفة تركيب الجسم البشري، وطريقة أدائه لوظائفه متضمنا تفاصيل الجهاز التناسلي؛ وفي نفس الوقت يجب تجنب الأحياء بأن

الجنس عند الإنسان ليس مسألة بدنية خالصة، وأن يفهم الصغير في بداية مرحلة المراهقة أن الجنس يتضمن الناحيتين العقلية والروحية.

نادراً ما يقدم الزواج إلى الشاب على أنه مثل عملي إيجابي؛ فالفتيات يتخيلونه في هالة رومانطيقية، ويميل الأولاد كذلك إلى المبالغة في مثالية الزواج تحت تأثير غرامهم الأول، أو أن ينظروا إلى الزواج باعتباره متنفساً للدوافع التي يمتنع عليهم التنفيس عنها بطريقة أخرى نتيجة لتربيتهم. يجب أن يرعى الوالدان سعادة أطفالهم المستقبلة بتبصرهم بالأهداف العملية في الزواج، وأن يمرنوهم ويزودوهم بما تؤهلهم للوصول إليها.

نحتاج أن يستقر في الأذهان أن الزواج المثالي غاية ووسيلة باعتباره غاية يجب أن يربى الجنسان على بلوغهما. وأن يهيئا لذلك بمعرفة الحقائق البدنية النفسية.

وباعتباره وسيلة يجب أن تهيأ الفرصة للجنسين أن يحيا كل منهما حياة جنسية كاملة، وحياة عقلية وروحية تكمل بمشاركة فرد من الجنس الآخر، ويجب أن تصبح أساس الحياة العائلية التي ستمتد تأثيرها في المكان والزمان ونساهم مساهمة قيمة، ولو كانت صغيرة في تقدم وسعادة الإنسان في الحاضر والمستقبل.

٦- خلاصة "التقويم الشخصي" لذاتك

١٨- هل أنا ناجح أم فاشل في (أ) حياتي الداخلية. (ب) حياتي العائلية. (ج) حياتي الزوجية. (د) حياتي العملية. (هـ) حياتي كمواطن.

لا تيأس إذا لم تحصل على الدرجات النهائية عند الإجابة على الأسئلة التي ألقيناها عليك، وعلى هذا السؤال الأخير الذي يلخص الأسئلة كلها. على العكس إذا كنت قد منحت نفسك درجات عالية– يجب أن تعيد النظر في إجابتك، فلم يوجد بعد الإنسان الذي يستطيع أن يحصل على أعلى درجة في النجاح في أية ناحية من نواحي حياته، بل إن فكرة وجود مثل هذا الإنسان فكرة غير محتملة إطلاقا.

والحقيقة أن النجاح الكامل لا يطمع فيه أحد ولو حتى في ناحية واحدة ومجال واحد. فالحماس الذي تبذله في النجاح في ناحية يستلزم أنك أهملت العوامل الأخرى التي تتألف منها الحياة الإنسانية الكاملة والنجاح الذي حزته من ناحية يقابله فشل في ناحية أخرى، وتكون النتيجة فقدان التوازن المرغوب.

لقد بالغنا في قبول الرموز مثل الإنسان المشترك؛ والسماء تأبى أن تكون نتيجة التقدم الرائع في شرائط الحياة الأساسية ضآلة عامة لا

يرغب فيها أحد، ولا يتمناها أحد لنفسه. ويجب أن ندرك أننا بفضل التوازن وعن طريق التوازن نحصل على السعادة الحقيقية وعلى النجاح الشامل الحقيقي، ولن نحصل على شيء من هذا عن طريق التخصص الذي يقضي على التناسب ولو كان هذا التخصص بالغاً حد الروعة.

عندما تستعرض حياتك يجب أن تعترف بما لاقيت من فشل، وإلا شعرت أنك وإن لم تبرز من ناحية معينة من النواحي إلا أنك لم تفشل فشلا تاما في النواحي الهامة من حياتك؛ إذا كانت صحيفة حسابك متوازنة فلديك الكثير الذي تحمد ربك عليه.

ليس أمراً سهلا أن يقيس المرء شخصيته، وأن يقدرها تقديراً صحيحا. وأول ما يعوزنا في هذا السبيل هي هذه السهولة التي نخدع بها أنفسنا. ولكننا إذا كنا أمناء مع أنفسنا استطعنا أن نحكم عليها لأننا نعرف عن أنفسنا أشياء كثيرة لا نحب أن يعرفها عنا غيرنا.

ويجب ألا يضيع سدى ذلك الوقت الذي قضيناه في دراسة أنفسنا وإذا كان المستوى العام حسنا، فلن يكون كذلك، حتى نصل إلى معرفة وثيقة عن تكويننا الانفعالي وعن قوانا ومواطن الضعف فينا. ويجب أن تكون الإجابات عن الأسئلة السابقة هي عناصر معرفتنا بذواتنا التي لم نواجه بعضها من قبل، هي أشبه بقطع اللعبة ذات الفجوات المختلفة الشكل التي نحاول أن نضع كل قطعة في الفجوة الملائمة وننظر ماذا تكون النتيجة.

وتصادفنا قطعة لا يتسق شكلها مع عملية الحياة، وقطعة أخرى لا نجدها لنبحث عنها، وهناك قطعتان يجب أن يلتئما معا ولكنهما لا يلتئمان. وقد حان الوقت التلائم بين العناصر المختلفة فنخرج بأفضل نموذج لأنفسنا، نموذج "الذات المثلى" على قدر ما تسمح به طبيعتنا البشرية: طبيعة اللحم والدم.

ولا شك أن القسم الأول من تلك الأسئلة العديدة هو أهمها جميعا، وهو قسم شامل في حد ذاته، ولا يحتاج إلى غيره من الأسئلة لأننا متى نجحنا في أنفسنا أو داخل أنفسنا، بطبيعة متوازنة منسجمة تقوم على أساس من معرفة النفس وضبط النفس، متى نجحنا في ذلك حصلنا على ما تبقى.

إن أكثر الناس لا يدركون هذا فيسيرون على غير هدى في مواجهة الظروف والأشخاص الذين حولهم، غير مدركين أن علة ما يشكون منه وعلة فشلهم تكمن في داخلهم هم أنفسهم. إن بعض الذين يعانون من مآسي ومشاكل حقيقية هم درس لمن هم أحسن منهم حظا: للذين يبدو أن لهم من الحكمة الداخلية ما يمكنهم من أن يستوعبوا ويتمثلوا مآسي الغير ويحولوها بعملية تمثيل روحية إلى مزيد من القوة

لا تسمو بأهدافك أكثر مما ينبغي، ذلك خطر التفكير النظري- إذا عملت على أن تكون قديساً أو بطلاً أصبت بخيبة لنقص إمكانياتك. ولذلك فعليك- في الوقت الحاضر أن تواجه حقيقة ما أنت عليه بتعقل من غير وهم ولا خوف.

فلتواجه الحياة من غير وهم ولا خداع.

هذا آخر تحذير ضد التسامح الذي جبلنا عليه جميعاً عندما تكون أنفسنا موضع السؤال؛ ولكن لا ينبغي أن نفزع من هذا التسامح المبالغ فيه. فهو مشترك بيننا جميعا، وعليك أن تبذل جهداً حقيقياً للتغلب عليه، وعلى أي حال ليس هناك من يسترق السمع عليك.

لا موجب لأن تفزع إذا اكتشفت في نفسك دوافعا عميقة تتعارض مع المبادئ التي تحاول أن تثور عليها شعورياً. فالغرائز الفطرية فوق الأخلاق أو يصح أن تقول أنها تتجاوز الأخلاق، فهي ليست في ذاتها شراً أو خيراً.

فغريزة العدوان- مثلا- (وهي في شكلها الفطري تدفع إلى القضاء على أي شخص يهدد وجودنا) هذه الغريزة ليست "لا أخلاقية" أو "خاطئة" فقد كانت ضرورية في مراحل التطور الأولى؛ فهي التي تدفع المخلوقات إلى الكفاح القاسي لكي تحيا وترتقي على حساب غيرها من المخلوقات. وهي الغريزة التي تحفز الحياة فينا، وقد تذهب بنا بعيداً فنرتكب أفعالا تخجل منها فيما بعد.

ويحتمل أن هذه الغرائز الفطرية تأخذنا على غرة بالنسبة إلى أننا ننكر إمكان وجودها. إذا كانت هناك بواء عاصرة[٥] في خزانه ملابسك.

---

٥) البواء العاصرة نوع معروف من الأفاعي يلتف على جسم ضحيته فيقتله عصرا.

فليس من الخير أن تنكر وجودها. فهي موجودة ويجب أن تحذر من خطرها، وقد نستطيع أن نستغلها في شيء نافع إذا كان ذلك في الإمكان.

هذا مثل رديء وأنا أعرف هذا، لأنه لا يمكن الإفادة من البواء العاصرة وهي في خزانة الملابس! ولو أن العالم يستطيع أن يستغل سمها طبياً لنأخذ إذن مثلا عمليا، إذا وضعت أنبوبة غاز في البيت ولا يعرف أحد كيفية التصرف فيها– فهي– في هذه الحالة تكون خطراً حقيقاً، وخاصة إذا أنكرت الأسرة وجودها ولم تحذر الأطفال منها. ولكن إذا عرفنا ما هي وكيف تستخدم كانت نعمة وكذلك الشأن مع البخار المضغوط الحبيس داخل الآلة البخارية؛ وكذلك الحال أيضاً مع الطاقة الذرية نستخدمها لصالحنا ونفعنا بدلا من هلاكنا وتدميرنا.

فدوافعنا الفطرية قوى كامنة في نفوسنا قد تستخدم للشر كما تستخدم للخير؛ وتكون على الحالين، حافزاً إيجابيا. لقد تطورت الحياة على سطح الأرض إلى مرحلة تجاوزت فيها المرحلة التي كانت غريزة حفظ الذات العمياء تعمل عملها على حساب المخلوقات الأخرى. ففي المرحلة الحيوانية كان خير للكائن أن يقتل وإلا قتل، وأن يأكل وإلا أكل. ويبدو أن مجتمعاتنا، من بعض الوجوه، لا تزال قائمة على هذا المبدأ.

والواقع أن هذه هي العلة التي تشكو منها مجتمعاتنا، فنحن قد وصلنا إلى مرحلة نجد فيها أن الواحد منا مرتبط بالآخرين أشد الارتباط

بحيث لا نحاول أن نؤذي شخصا آخر، إلا أصابنا الأذى نحن أيضا، فنحن نفيد الآن من التعاون والتآزر أكثر مما نفيد لو اتبع كل منا مبدأ "الفرد لنفسه فقط".

لعل هذا أشد ما يميز الإنسان من الحيوانات الأدنى منه، فقد زودنا بالقوة العاقلة التي تمكننا– إذا حرصنا على هذا– من أن نستخدم حوافرنا الفطرية لا أن تستخدمنا هي.

ويفتح لنا هذا مجال الإمكانيات الواسعة للفرد وللجنس معاً.

إذا امتنعنا من أن نكون تحت رحمة غرائزنا وحوافزنا الفطرية توصلنا إلى السيطرة على أنفسنا أولا، وإلى السيطرة على الحوادث ثانياً؛ ولم يعرف هذا في تاريخ الحياة على الأرض من قبل.

ولكن لكي نسيطر على قوة ما يجب أن نعرف أنها موجودة على نحو ما بينا آنفا. لذلك كانت الخطوة الأولى هي التعرف على أخطائنا لأننا عن طريق تحليل تلك الأخطاء نعرف كيف تعمل هذه الدافع الفطرية التي يشتد بأسها في مجال اللاشعور.

إذن ليس من قبيل التأثير في العواطف وحسب أن نهيب بك أن تكون أميناً صريحاً مع نفسك، فهو إيحاء عملي باعتباره الوسيلة إلى فهم النفس فهماً كاملا. فأخطاؤك عندما تكشفها تشير إلى تلك القوى الدفينة التي تصر على الانفجار بشكل يهدد مصالحك أنت.

تعرف على هذه القوى سواء كانت تأكيدا للذات، أو حب الاقتناء والتملك، أو الإفراط الجنسي؛ ستكون عندئذ أقدر على تكيفها مع حاجات حياة الإنسان المتمدينة، وتستغل قوتها الدافعة في أغراض إيجابية.

٢٠- هل أنا مستعد لبذل مجهود صادق لإصلاح نفسي؟

هذا السؤال ضروري نظراً إلى ضعف الطبيعة البشرية ولو بدت على غير ذلك ولا شك أننا نؤكد كلمة "صادق".

إذا قنعت بمعرفة الحقائق عن نفسك، وسكت قائلاً في يأس: أن ليس هناك ما يمكن عمله. إذن هناك خطأ أساسي.

وإن كنت لا أعتقد أن هذا ما يحدث، لأنه لا يعقل أن شخصاً يمر بمراحل تحليله لنفسه المتعبة إلى لقصد أن يطبق هذه المعرفة التي يحصل عليها تطبيقاً عملياً؛ فلا يواجه الشخص الوقائع الحقيقية عن نفسه تزجية للفراغ أو للتسلية.

وكلمة أخيرة للتشجيع، الأغلب أن نتيجة تقويمك لشخصيتك لن تكون أحسن من الناس أو أسوأ منهم؛ ففيك مواطن الضعف الخاصة بك، كما في سائر الناس مواطن الضعف الخاصة بكل واحد منهم. وفيك– أيضا– مواطن القوة التي قد تكون مبعث فخرك ولكن لا تبالغ في إبراز مواطن القوة فيك بطريقة تكشف عن مواطن الضعف المهملة، ثم التوازن– لا التوازن بين ضعف مخيف في ناحية وقوة شاذة في ناحية

أخرى– ولكن التوازن الذي يأتي نتيجة مجهود للوصول إلى مستوى عام في حدود القدرة الإنسانية.

لا وجود للكمال، لا تجعل غايتك للوصول إليه، اجعل غايتك قناعة إنسانية طبيعية عن طريق شخصية إنسانية طبيعية. تلك هي "الحياة الناجحة" وهي تستحق أن تبذل جهداً في سبيل الحصول عليها.

الفصل الرابع عشر

الهدف المعقول

قد يكون من الأفضل أن نحاول أن نضع خلاصة "للهدف المعقول" الذي يحق لكل منا أن يطمع إليه. ونبين الظروف الملائمة للوصول إليه.

قد نرغب في نجاح معتدل في الحياة العملية مع استخدام وتنمية كفايتنا الطبيعية إلى أقصى حد.

قد نتوقع الفرصة لنتزوج وليكون لنا أطفال، ولنبذل الحب ونحصل عليه.

قد نحاول أن نفهم طبيعة هذا العالم الذي نعيش فيه، ونفهم الغاية من وجودنا.

في هذا النطاق نستطيع أن نحقق مطالب طبيعتنا ذات الجوانب الثلاثة فتشبع الجسم والعقل والروح جميعاً.

لسوء الحظ أن كثيراً من الناس لا يفطنون إلى الحاجة إلى إقامة التوازن بين تلك المطالب تحت ضغط الاعتبارات الخارجية أو الدوافع الداخلية. فيبالغ البعض في تأكيد الرغبة في النجاح المادي مدفوعين

بحاجتهم إلى تأكيد الذات مضحين باحتياجات طبيعتهم الأخرى. وبدافع من الجوع الشاذ إلى الحب يضحي البعض الآخر بالحاجات العقلية والروحية للحصول عليه في الوقت الذي يتحقق لهم فيه أنه لا يمكن الحصول عليه بهذا المعنى قط. وقليلون بالقياس إلى غيرهم، هم أولئك الذي يتملكهم حب الأشياء الروحية فيهملون مطالب الجسم ومطالب الروح التي لا يمكن تجاهلها لأنها موجودة. وليس حال هؤلاء بأفضل من حال من يلوح أنهم على النقيض منهم للوهلة الأولى، فأحياناً يتولد من فقدان التوازن عندهم تعصب يجر إلى كثير من المآسي على نطاق واسع.

إذا فقد التوازن والانسجام في حياة فرد من الأفراد فلا بد أن يكون هناك سبب لهذا. ويعود السبب إلى تجربة مؤذية وقعت في وقت مبكر. ومعرفتنا لأنفسنا تمنحنا القوة على الفهم، ونستطيع بفضل الفهم أن نسيطر على انحرافات طبيعتنا الداخلية.

أولاً : هدفنا في حياتنا الشخصية

لا يكمل كائن بشري من غير أن يشبع الرغبة الطبيعية في أن يحب وأن يحب. وتنحرف هذه الرغبة في كثير من الناس نتيجة تجارب عاطفية ضارة في الطفولة. وإذا كان الضرر بليغاً كانت النتيجة أنهم في حياتهم المستقبلة يفقدون كل قدرة على الحب. أو إذا كان الضرر متصلا بنظرتهم إلى الأمور الجنسية كانت النتيجة انحراف غريزتهم الجنسية.

إلا أن هاتين الحالتين هما الطرفان للشذوذ النفسي والشذوذ الجنسي ولا يعنينا هنا إلا أن أمر "الرجل العادي" "والمرأة العادية" ولكن ما أقل عدد هؤلاء العاديين! فآلاف الرجال والنساء يجرون وراءهم تجارب الطفولة السيئة، والتربية الخاطئة التي تحول بينهم وبين تحقيق السعادة الطبيعية في الحب وفي الزواج.

وأن بعض من أشعروا في طفولتهم أنهم غير محبوبين، أو غير مرغوب فيهم يميلون في حياتهم المستقبلة إلى أن يحاولوا "تملك" من يحبون. وكثير من النساء الصغيرات يفسد زواجهن لأنهم يظهرون رغبتهم في تملك أزواجهن في وضوح. وكثير من الأمهات يفسدن عواطفهن، ويفسدن حياة أطفالهن المستقبلة لأنهم يتشبثن بهذا النوع من الحب.

عندما يشرع شخصان في القيام بمغامرة الزواج لا يكفي أن يحب كل منهما الآخر؛ ولكن ينبغي أن يرضى كل يتيح الآخر الحرية حرية التفكير. وحرية العمل وبديهي أن هذا يتطلب أن يثق كل بالآخر؛ وإذا لم تكن ثمة ثقة متبادلة فلن يكون هناك أساس للزواج السعيد.

وعندما يشرع شخصان في القيام بمغامرة الأبوة يجب أن يقوم الحب بينهما. وأن يقوم الحب بين الوالدين والأطفال. ولكن الحب– مرة أخرى– لا يكفي وحده فنصف الحب على الأقل– يقوم على العطاء. على إتاحة حرية النمو، ونصف فن الحياة المشتركة– على الأقل– يقوم على تطبيق معرفة النفس، وضبط النفس لصالح الجميع سواءاً كانت الحياة المشتركة هي حياة الزوجين أو حياة العائلة.

وكما بينا سابقا يميل أكثر الشبان والشابات قبل الزواج إلى تصور الطرف الآخر في إطار مثالي، لا لأنهم قد نشأوا على تصور الزواج في صورة خيالية ولكن لأنهم يزالون حديثي السن قليل التجربة فتجيء أحكامهم مطلقة أكثر مما يفعل الكبار الذين عرفوا الدنيا خيراً منهم وخير نصيحة تقدم إليهم أن ينظروا في ذواتهم من الباطن وأن يتحققوا من أن شركاءهم في الحياة يشاركونهم في الدوافع الطيبة والدوافع الرديئة على السواء. فالمحب إنسان، والمحبوب إنسان أيضاً يشتركان في طبيعة إنسانية واحدة، ولا يحق لأحدهما أن ينتظر من الآخر أكثر مما يستطيع هو أن يقدمه إليه، ولا يجدر أن يكف عن تقديم ما يستطيع أن يقدمه بل وأريد مما يقدمه.

وبعد فترة من الزمن يميل الزوجان الشابان إلى أن يتقبل كل واحد الآخر على ما هو عليه فيصبح الشريك كأنه قطعة من الأثاث، يمكن أن ينشئ أمره كلية مع أنه أو أنها إنسان فيه ما في كل إنسان من استجابات. وأن من الناس من لا يفكر قط في أن يكون فظا وقحا خارج البيت وهم في البيت يطلقون أحيانا العنان لانفعالاتهم وعواطفهم التي كبتت في الخارج بقوة العرف الاجتماعي. ولكن لماذا لا نراعي مثل هذا العرف الاجتماعي في البيت كما نراعيه خارج البيت مادام القصد من هذا العرف هو تلطيف العلاقات بين الأفراد عن طريق ضبط المشاعر. وأن الذي يريد أن يحقق زواجا ناجحا عليه أن يعامل شريك حياته في أدب ورقة كما يعامل أي شخص آخر.

والآباء الصغار الذين لم يستبينوا طبائعهم والأسباب التي جعلتهم يصبحون ما هم عليه كثيراً ما يفشلون في تطبيق الذكاء الذي يستخدمونه في العمل أو في الأبحاث العقلية في علاقاتهم مع أطفالهم؛ فقد يعاقب الواحد منهم طفله لأنه تبول في فراشه بدلا من أن يتعب نفسه في البحث فيكتشف أن هذا العمل علامة على اضطراب نفساني وقد يناقشون أمر طفل في حضوره متناسين أن هذا من شأنه تشجيعه على أن يشعر بنفسه، وإذا كان موضوع مناقشتهم هو ما صدر منه من أفعال خاطئة فإنهم بذلك يغرسون في نفسه الشعور بالذنب والخجل الذي قد يعرقل نموه العاطفي.

وليكن مفهوما أن الطفل إذا عوقب عقابا معقولا وعادلا– لما يعلمه هو من سوء سلوكه فلن يعاني من مثل هذا الضرر. فوظيفة مرحلة الطفولة الصحيحة هي أنها المرحلة التي يتعلم فيها الفرد كيف يحيا. فالجسم يتعلم وينمو حتى يؤدي وظائف الحياة الناضجة أكمل تأدية، وكذلك الشأن مع العقل والروح و أو درس يجب أن يتعلمه الطفل هو وجود الآخرين، وأن حقهم في الرعاية والاعتبار مساو لحقه فإذا عوقب عقابا معقولا لتذكيره بهذا الدرس فلن تكون لهذا العقاب آثار ضارة.

أما ما يسبب اضطراباً عاطفياً للطفل فهي أفعال الوالدين الظالمة غير المعقولة الطائشة، فمثلا قد يتشاجران (الولدان) أمام طفليهما أو أن ينال الواحد منهم من كرامة الآخر على مسمع منه. ولكن من البداهة، إن لم يكن نتيجة قليل من المعرفة بعلم النفس يجب أن يعلما أن عملهما

هذا من شأنه أن يحدث اتصالا في نفسية الطفل من ناحية تعلقه الطبيعي بهما ومن ناحية حاجته إليهما. وشيء قليل من فهم النفس يجعلهما يتحققان أن شعور الطفل بالأمان يقوم على شعوره بأن أباه وأمه يعيشان معاً لا يتغيران ولا يتبدلان يعتمد عليهما كليهما في كل شيء.

وأثناء الدراسة يسيء الوالدان إلى طفليهما إساءة نفسية حين يتوقعان منه تفوقا يزيد على طاقته العقلية والبنية. وهم يتناسون حقيقة بسيطة أننا لسنا على قوة واحدة، وأن نسبة نمو كل منا تختلف من شخص إلى آخر.

وفي مثل هذه الحالة على الأب أو الأم أن يسألا نفسيهما عما إذا كانا يحتاجان إلى أن يتخلصا مما يشعران به شعوراً عميقاً بالنقص عن طريق نجاح طفليهما؛ ففي الواقع أن الأبوين كثيراً ما يرغبان في أن يزهو بأنفسهما لا بطفليهما.

وعلى العكس فهناك بعض الآباء الذين تشغلهم شئونهم الخاصة عن أن يقدروا نجاح أطفالهم تقديراً كافياً، أو أن يقدروا الأخطاء والمآسي الصغيرة التي يراها الطفل كبيرة جدا. وتكون النتيجة أن الطفل ينطبع في نفسه أنه غير محبوب أو حتى أنه غير مرغوب فيه.

وكلما ولد طفل جديد جاء معه بعدد من المشاكل الجديدة يستطيع الوالدان أن يعالجاها خير معالجة؛ إذا استطاعا أن يسترجعا في ذاكرتهما أيام الطفولة وأن يستخلصا منها حساسية طبيعة الطفل. فلا ينبغي أن

نجعل الطفل الكبير يشعر بأنه مهمل قياساً إلى الطفل الجديد، ولا أن نشجع الابن الصغير على أن يظل طفلا لان أمه أو أباه يفضلان أن يحتفظان بطفل لا أن يكون لهم طفل نام أقل جاذبية وإن كان أكثر أهمية.

كلا، فليس من السهل أن نقيم توازناً حقيقياً في شئون الزواج أو في شئون الحياة العائلية. أكثر من هذا أنه ليس من السهل أن نفعل هذا في ساعات الحرج واليأس عندما نسوء الأمور وينهار الصبر. ولكن في هذا المجال وحده الذي قد تحقق فيه نجاحاً عظيماً أو فشلا جسيما– ولذلك يجب أن نبذل جهداً حقيقياً لأن نعد أنفسنا لهاتين المغامرتين ولهاتين الوظيفتين الهامتين؛ ومجال هاتين الوظيفتين مفتوح لنا جميعاً وتقدمان لكل منا فرصة النجاح والجزاء الموفور. ولكن فيهما دون سائر مجالات النشاط الرئيسية الأخرى لا نتلقى أية تعليمات أو تدريب اللهم إلا ما نختاره لأنفسنا.

ثانياً- هدفنا في الحياة العملية

من الواضح أنه في سبيل الوصول إلى النجاح في عملنا من الضروري أولا أن نتزود بالمهارة الفنية اللازمة لاقتناص الفرص المهيئة لنا، وهذا عادة وواجب الشباب ولكنهم أحياناً ما ينفرون منه مع أنه يحقق لهم الجزاء الموفور في مقابل إنكارهم لذاتهم وضبطهم لأنفسهم، وهذه حقيقة يعرفها جيداً كثير من الكبار.

ومن جهة أخرى فالمهارة الفنية وحدها لن تحقق لنا نجاحاً حقيقياً إلا في الأعمال العادية ما لم نفهم ونطبق علم (التفاهم) مع الناس. فسواء كنا في وظائف كبيرة أو صغيرة فجانب كبير من وقت العمل نقضيه في الاتصال بالناس ويتوقف نجاحنا على طبيعة علاقاتنا معهم.

من المستحيل أن نضع القواعد التي تطبق في كل موقف من المواقف المختلفة التي تعرض لنا. ولكن على العموم يمكن القول أننا نستطيع أن نتعامل مع الغير على وجه مرض إذا أدركنا أنهم يشاركوننا طبيعتنا الإنسانية.

فأصحاب الأعمال كثير والصخب، والموظفون السفهاء، والزملاء الثقلاء، كل هؤلاء يستجيبون للمواقف والظروف المختلفة على نحو ما نستجيب نحن إذا كانت لنا نفس مواقفهم وظروفهم. وإذا أتحنا لمعاملتهم لنا أن نثير فينا استجابات النفور والكراهية فلسنا نفعل ما من شأنه أن يصلح الموقف ويحسن سلوكهم أو أن نساعد أنفسنا.

عندما نفهم لماذا يتصرف الناس هكذا نستطيع عندئذ فقط أن تقوم بعمل إيجابي لإصلاح الأمور عامة. ولكننا لن نفهم السلوك البشري ما لم نفهم دوافع سلوكنا نحن.

والأشخاص المرهونون في العلاقات الشخصية ينجحون أكثر مما ينجح الذين يصدمون بغيرهم؛ وإن تساووا معهم في الكفاية والمهارة

وهذا أمر طبيعي لأن الأعمال نفسها لا تتوقف على الحقائق المادية، ولكنها تتوقف أكثر على شخصية الفرد واستجاباته.

إن رجال الإدارة سواء كانوا من أصحاب الأعمال أو من الموظفين أو من النواب يدركون الحاجة إلى التوافق في كل عمل من الأعمال.

إنه من الأفضل أن تكون هناك هيئة من الموظفين على درجة عادية من الذكاء يعملون معاً من غير مشاحنات شخصية مستمرة؛ من أن يكون هناك هيئة أخرى من الموظفين يفوقون الأولين في المهارة ولكنهم لا يتعاونون بسبب متاعب مزاجية.

نحن نحتاج في حياتنا العملية- كما نحتاج في حياتنا الخاصة إلى المران على كيفية معاملة من يحيطون بنا. إن الحياة هي التي تعلمنا جميعاً؛ ولكن مدرسة الحياة مدرسة شاقة، ونستطيع بتطبيق منهج المحاولة والخطأ أن نتعلم الكثير، ولكننا في نفس الوقت- قد فقدنا الكثير من الفرص، والكثير من الأصدقاء.

ومتى أدركنا حاجاتنا إلى مثل هذا المران شرعنا فيه بالاستعانة بمعرفة النفس وأن نضع أنفسنا دائماً في مركز الأشخاص الذين يتعاملون معنا.

ما هي أفضل وسيلة لنبيع شيئا ما؟ كيف نوبخ موظفاً بحيث لا نثبط همته بهذا التوبيخ؟ ما هي أقصر طريقة تجعلك تحصل على الترقية التي تنشدها؟

إن الشخص الذي يفهم نفسه حق الفهم يسهل عليه إجابة هذه الأسئلة؛ أن استجابات الأشخاص الآخرين ليست كتباً مغلقة. وليس ثمت ما يدعوها إلى أن تكون كذلك، إذا تزود الواحد منا بالمعرفة الكافية عن نفسه، وإذا استطاع أن يقدر استجاباته لو كان في مركزهم.

إن الكفاية الحقة، والقدرة على معاملة الغير كفيلة بأن تحقق لك درجة معقولة من النجاح العملي التي يحق لك أن تأمل فيها.

ثالثاً- هدفنا في الحياة الجماعية

إن الشخص الذي يكون هدفه في الحياة الجماعية أن يفرض نفسه على الآخرين، وأن يكون في مقدمتهم هو في الواقع عدو للجماعة مهما حاول أن يبرر مسلكه بدوافع الإيثار والتضحية. هو أشبه بالخلية المريضة التي تأبى أن تستمر في تأدية وظائفها باعتبارها جزءاً من الجسم وتقرر أن تعيش وفق هواها.

وكما أن الخلية لا يمكن أن تعيش وفق هواها من غير أن تفسد انسجام الجسم كله؛ وتأخذ نصيبها من عمل الخلايا الأخرى ولا تقدم هي عملا في مقابل ذلك، كذلك الواحد منا يستطيع أن يفصل نفسه تماماً عن الجماعة التي يعيش فيها.

فنحن نعتمد اعتماداً غير مباشر على الآخرين في استكمال ضرورات الحياة وحاجاتها، ولا نستطيع أن نتمتع بتلك الأشياء من غير أن نقدم مقابلا لها. فإذا حصلنا على الضرورات المادية من غير اعتبار

لحقوق الآخرين كانت النتيجة نقصاً في الانسجام الداخلي. ونقصاً في القناعة الروحية.

ولا نقصد بهذا إقامة الحجة ضد بقاء الفردية. فالحقيقة أننا نضحي بالفردية إذا قبلنا مذهب الإنتاج الجماعي، فهذا المذهب يوقف– في الغالب– تقدم المجتمع. إن حالة المجتمع تعكس دائماً حالة الأفراد الذين يتألف منهم المجتمع. فإذا أحجم الفرد عن مغامرة التفكير المستقل الروحية، ظل المجتمع ساكنا عقيما. وإذا انقسم الأفراد على أنفسهم، واضطربت أحوالهم ظل المجتمع مضطرباً منقسما على نفسه وأفعم بالمآسي التي نراها في عالم اليوم.

هناك طرق عديدة يخدم بها الرجال والنساء المجتمع الذي يعيشون فيه، سواء بالخدمة العامة أو الاستقامة الخاصة، وأقل خدمة يمكن أن يؤديها الفرد إلى الجماعة أن يصل إلى معرفة النفس وفهم النفس، وأن يدرب الصغار على عادات مشابهة في التفكير.

أشرنا في القسم الأول من هذا الكتاب إلى إمكان قيام مبدأي الجبر وحرية الإرادة– في الإنسان– في اللحظة التي ينتهي فيها الجبر.

وهذا يعني– طالما لا نفهم استجابات قلوبنا وعقولنا الغريزية– خضوع هذه الاستجابات للغريزة. ولو كنا نتوهم أن إرادتنا حرة إلا أنها ليست حرة في الواقع لأن أفعالنا تخضع للغرائز الجبارة لأننا لم نتحقق من وجودها، ولم نفهم طبيعتها.

إن الإرادة الحرة، والفعل الصائب لا يوجدان إلا عندما يفهم الفرد نفسه بحيث يشعر بمواطن الضعف والإغراء فيه. وأن يضبط ميوله المنبعثة من هذا الضعف حتى يستطيع أن يختار اختياراً حراً لما يفعله.

وما ينطبق على الناس ينطبق على الأمم. وما ينطبق على الأمم ينطبق على المجتمع الإنساني كله.

مع أن النشاط الاجتماعي والسياسي يساعد على إصلاح هذا العالم الذي نعيش فيه (بعدد ليس قليل من الحوادث الخاطئة والمظالم) إلا أن الثقافة الواسعة التي ينقلها جيل عن جيل نستطيع أن نحقق تحسنا طويل الأجل في طبيعة الإنسان التي يتوقف عليها كل تحسن.

لسنا في حاجة إلى تنشئة جنس من الملائكة. ولكن الحاجة ماسة إلى تنشئة جس من الرجال والنساء الذين لا يخضعون لغرائزهم الفطرية في علاقاتهم بعضهم مع بعض. ولا يكفي ما فعلته بعض الأديان في الماضي– أن تكبت الغرائز بنكران وجودها، أو بتجاهلها أو بعقاب البدن بسب القوى التي تنسب بحق إلى الطبقات الدنيا من العقل والروح.

نحتاج أولا إلى التحقق من وجود الدافع الغريزي. وأن نفهم كيف يؤثر في سلوكنا. ونحتاج ثانيا إلى أن ننمي قوة ضبط أفعالنا على أساس ذلك الفهم للصالح العام الذي يشعل في النهاية صالحنا الخاص.

وفي كلمات أفلاطون[٦] Plato.

يجب أن تكون الأفعال والأقوال بحيث تمكن الإنسان الداخلي من أن يسيطر على الإنسان ككل سيطرة كاملة... مربياً ومنمياً الأجزاء المستأنسة فيه. وضابطاً نمو الأجزاء المستوحشة. وعلى هذا النحو يمضي في مرانه على أساس مبدأ اعتبار نفسه كلا لا يتجزأ، جاعلا كل جزء على وفاق مع الأجزاء الأخرى؛ وعلى وفاق مع نفسه هو.

٦) أفلاطون هو الفيلسوف اليوناني الكبير تلميذ سقراط وأستاذ أرسطو. منشئ الأكاديمية، وصاحب مذهب المثل. وقد ألف طائفة من الكتب التي تعالج مشاكل الإنسان والفلسفة موضوعة في قالب محاورة سقراط هو الشخصية الأولى فيها. ومن أشهرها هذه المحاورات الجمهورية، والمأدبة، وفيدون، واليأس، وتيماوس. (المترجم).

ملحق

أنت والعالم

كانت الغاية من هذا الكتاب أولا: أن يعرف ويحدد المبادئ التي يبدو أنها تعمل وراء كل وجود؛ وثانيا: أن نعرف كيف نحقق لأنفسنا حياة أكثر انسجاما بتطبيقها على حياتنا اليومية.

وفي الجزء الثاني من الكتاب أكدنا أهمية الذات على اعتبار أنها مركز الوجود الفردي للشخص، وأنه يمكن تسحينها وضبطها بمجهود من الإرادة. هذا التأكيد لأهمية الذات ينطوي على خطر كامن.

فإنه إذا كان صحيحا أن أكثرنا في حاجة إلى أن يعرف نفسه حق المعرفة. وأن يعرف مواطن الضعف فيه قبل أن نقوم بإصلاح أنفسنا، فقد يجعلنا ذلك نركز اهتمامنا حول أنفسنا كلية ونفقد بذلك كل صلة بالمجتمع الإنساني.

وإذا فعلنا هذا كنا مرة أخرى معرضين لفقدان الانسجام– مادام الواحد منا لا يعيش في فراغ– وإنما يعيش إلى حد بعيد في علاقاته بغيره من الأفراد، وفي علاقاته بالجماعة التي هو عضو فيها وجزء منها.

أن تركيز اهتمامنا حول ذواتنا– ولو لإصلاحها وتحسينها– مع إهمالنا لمكانتنا بين الآخرين يعرضنا لخطر جديد هو نوع آخر من فقدان

التوازن. وفي سبيل تجنب ذلك الخطر ينبغي أن نستهدف نقطة تصبح فيها ضبط النفس عملية غريزية غير شعورية بينما نوجه جهدنا الشعوري إلى فهم الواجب الجماعي، وإلى النشاط الذي يقتضيه هذا الواجب.

لا شك أنك لديك فكرة عن كيفية تطور المجتمع الإنساني خلال العصور. يمكن أن تقول– على وجه العموم– أنه كما تطورت الأميبيا البسيطة إلى أشكال الحياة الأكثر تعقيداً والأكثر قدرة، وكما تطورت أخيراً إلى الجنس البشري، كذلك تطورت المجتمعات الإنسانية البسيطة إلى المجتمعات والنظم المعقدة التي نعيش فيها.

فقد سار التطور الاجتماعي من الأسر والقبائل الصغيرة إلى الأمم الكبيرة؛ كما سار التطور في المجال الحيوي من الخلايا البسيطة إلى الكائنات العضوية المعقدة. والقوة الإنسانية وراء كل تطور هي حفظ الذات. ويبدو أن غرائزنا الفطرية لها هدف أولى هو أن الحياة يجب أن تبقى. وإذا أطلق المرء العنان للغرائز دون ضابط من العقل. ولا وازع من الضمير كانت النتيجة أن غريزة حفظ الذات تسيطر عليه على حساب الأخلاق والمثل العليا نفسها. والأخلاق والمثل العليا لا تتصل بالطبيعة البدائية إطلاقا. ومن المشكوك فيه بقاء الحياة على الأرض إذا كانت الأخلاق والمثل العليا على صلة بالطبيعة البدائية.

فحفظ الذات هو في الحقيقة مسألة غير أخلاقية بمعنى أنه ليس خيراً في ذاته ولا شراً في ذاته. ولكن يمكن أن يستخدم للخير أو أن يستخدم للشر.

ومع ذلك فأني أعتقد أن مراحل التطور العليا التي تتطلب الحياة الجماعية توقف العمل بالقوانين الطبيعية، قوانين التنازع في الوجود. وتوجد قوانين أخرى تلائم المستوى العالي للحضارة الحقة.

إن وحدات الحياة التي ظهرت على الأرض في الأزمنة السحيقة قبل ظهور الإنسان كانت خلايا وحيدة وذلك بحسب ما وصلنا إليه من العلم. ثم اكتشفت تلك الوحدات عن طريق التجربة والخطأ فائدة الجماعة فأدت إلى تكون كائنات أكثر تعقيداً. وتعاونت خلاية تلك الكائنات المعقدة لتشترك في عمل الموجود. فاختصت طائفة منها بوظيفة، واختصت طائفة أخرى بوظيفة أخرى؛ على نحو ما يحدث أثناء نمو الجنين في الرحم؛ فبعض خلاياها التي ستكون الجسم تختص بعمل، والبعض الآخر يختص بعمل آخر. ويقوم النظام الآلي لجسم الإنسان وعقله على مثل هذا التخصص.

وشبيه بهذا ما يحدث في وحدة العائلة التي كانت ولا تزال أساس المجتمع الإنساني. فتقسيم العمل كان نتيجة طبيعية للحياة الجماعية. فكان على الرجل أن يضطلع بعمل، وكان على المرأة أن تضطلع بعمل آخر. ويمكن بسهولة فهم نتيجة هذا التخصص بعد الأجيال الطويلة. وهذا الفهم كفيل بأن يخفف من حدة العداء الجنس الرخيص.

وفي سبيل خلق أشكال عليا من الحياة قام الدافع إلى حفظ الذات بتجميع الخلايا المفردة معا وجعلها قادرة على أن تحيا حياة اجتماع تكون أكثر أمنا مما لو كانت تحيا بمفردها. وفي الجنس يتحد شخصان

بطريقة متشابهة في سبيل إثراء حياتهما المشتركة، وفي المجتمع يخلق الرجال والنساء حياة جماعية بنفس الهدف اللاشعوري.

وتتركب كل خلية متخصصة تركيبا خاصاً بها؛ ومتميزاً عن غيرها والتركيب المختلف نتيجة بطبيعة للغرض المختلف. كذلك الحال مع الرجل والمرأة فقد كانت نتيجة التخصص في أعمال الحياة خلال العصور الطويلة أن أعد كل منهما للعمل الخاص به. ولذلك فإنه إلى جانب الفروق الفردية نجد أن هناك حقيقة هامة ثابتة هي أن القوة البدنية والقدرة على الابتكار من خصائص الرجل، على حين أن التعاطف القوي والبداهة السليمة خصائص المرأة. ثم تتبع ذلك نتائج طبيعية هي اختلاف مجالات نشاط كل منهما.

والأغلب أن الرجل سيستمر في تزويد البيت بالمواد الأولية. وإن المرأة ستستمر في استخدام تلك المواد في جعل البيت وحدة إيجابية تفوق في قيمتها مجرد قيمة الأجزاء (أو الأعضاء) الذي تتألف منهم هذه الوحدة. وإذا حقق كل منهما هدفه وجعل يعطي الآخر ويأخذ منه. فإنهما يكونان وحدة إيجابية إنشائية من الحياة الطيبة (الخيرة).

إن الجنسين مرتبطان منذ البداية، توحد بينهما الحاجة المشتركة إلى حفظ الذات والتناسل لاعتماد الواحد منهما على الآخر، ونفس الغرائز المتصلة اتصالا وثيقا كانت مسئولة عن تقدم الإنسان إلى الأمام متجاوزاً نطاق وحدة الأسرة المنعزلة إلى تحارب جيرانها.

إن الأسرة المترابطة في المجتمع كانت أقوى من الأسرة المنعزلة. فالجماعات المنفردة الأولى عليها أن تكون على أهبة الاستعداد للدفاع عن نفسها في أية لحظة بينما كان يدفعها الجشع والطموح إلى إرسال الحملات ضد الجماعات الأخرى. ولكن القبائل المستقرة ظهرت تدريجياً لتهيئ لنفسها طريقا للحياة أغنى وأسمى. إن التاريخ لم يعرف تقدماً مستمراً. فكثيراً ما هدد استقرار قبيلة عداء منافسيها. وإن كان من النادر القضاء على طريقها في الحياة قضاءاً مبرماً. فكثيراً من الغزاة القاهرون يقتبسون فنون وصناعات الشعوب المنهزمة ويعملون على بقائها واستمرارها.

وهكذا مضت المعرفة. لم تكن دائما تتداولها الأجيال المسالمة. ولكن التقط مشعلها في بعض الأحيان أيداً لم يكن منتظراً منها أن تحمل مشعل المعرفة. ولم يكن تقدم المعرفة تقدما سريعاً؛ لم يكن أسرع من تطور الحياة نفسها، وفي خلال آلاف السنين تعلم الجنس البشري ونما متحسسا طريقه– مدفوعا بغريزة حفظ الذات– إلى مستويات عليا من الحضارة– وعلى طول الطريق ارتكب كثيراً من الشرور ووقع في كثير من الأخطاء ولكن من ذلك الخليط والوحل ظهر تدريجياً الصناعات والعلوم والفلسفة التي أتاحت الفرصة لبناء حياة أفضل في هذا العالم إذا حرصنا على فهمها فهماً صحيحاً.

إن تقسيم العمل باعتباره بداية المعرفة المتخصصة قد وضع الأساس للرفاهية المادية والتقدم العلمي موزعا على كل قسم من أقسام الجماعة العمل الضروري لصالح الكل.

وإن كانت له نتيجة ثبت بالتجربة أنها ضارة فلم يقم التمييز بين أنواع مختلفة من العمل، وإنما بين أصناف مختلفة من الناس أيضاً.

ونحن لم نولد متساويين- كما بينا من قبل؛ فكل منا قد منح مواهب تختلف عن مواهب الآخر، ولا يخفى أن هذا يتيح لبعض الموهوبين أن يقدموا نوعا من الخدمة يعجز الأقل منها موهبة في تقديمها. فمن الطبيعي إذن أن يحظى الفريق الأول بتقدير خاص هم وعملهم.

ولذا منحت الفرص المتساوية (المتكافئة) بشكل دقيق كانت النتيجة بأن الشخص الموهوب فقط هو الذي يحصل على تقدير خاص. وأن الأشخاص الموهوبين وحدهم هم الذين يحتفظون بهذا التقدير. هذا من الناحية النظرية. أما من حيث الواقع فنحن نرى أن هذا لا يحدث؛ فالفرص ليست متكافئة، وإن اعتقد أن هذا جاء نتيجة ما كان يحدث في الماضي أن التقدير الواجب منحه لأنواع من العمل تحول إلى أصناف معينة من الناس.

وفي عبارة أخرى– إن نظام الطبقات الذي عرف في جميع المجتمعات البدائية بكل أو بآخر. ولا يزال موجودا إلى اليوم، نقول إن نظام الطبقات هذا حدد الفرص، أمام المواهب الطبيعية وحول التقدير من كفاية الفرد إلى الطبقة.

تستطيع أن تفترض أن الطبقة الارستقراطية في القبيلة كانت أقوى ساعدا وأكثر دربة في الحزب وفي النقص، حفظ الذات يعمل من الضروري لهم أن يكونوا أشد عنفا وأكثر تحدياً لا ضد الأعداء من خارج القبيلة وحسب، ولكن ضد الأعداء داخل القبيلة أيضاً. فلم يكونوا الطبقة الممتازة وحسب ولكنهم كانوا الطبقة الحاكمة بأمرها أيضاً. فالقوة التي كانت نتيجة طبيعية لدافع حفظ الذات– أغرت الأقوياء فطلبوا المزيد من القوة، وبذلك بدأت الإمبراطوريات الأولى– وفي سبيلها سلط الإنسان على أخيه الإنسان عذاباً مريعاً ولكنها أوجدت المنافع التي هي من ثمار الحضارة.

وفي المجتمعات البدائية لم يكن غريبا قيام طبقة محاربة وحاكمة لأن أبناء تلك الطبقة كانوا يدربون تدريباً خاصاً للدور الذي قدر لهم أن يلعبوه في حياة الجماعة، وكان ذلك التدريب قاسياً شديداً بحيث لم يكن يعيش منهم إلا الأقوياء الأذكياء.

وفي نفس الوقت خضعت الحياة اليومية لعامة الناس لنظام الطبقات الذي شمل كل نوع من أنواع الأعمال، فالأعمال والصناعات كانت تنتقل من الأب إلى الابن، ولم يكن ذلك في الظروف البدائية غير

طبيعي، أو غير مرغوب فيه بالضرورة؛ فالأب يدرب ابنه على صناعته وبذلك انتقلت الأساليب التقليدية في الصناعات من جيل إلى جيل، ولكن عندما بدأت التجارة وتحولت الثروة إلى نقود انهار ذلك النظام، فظهرت الطبقات التي تتمتع بوقت الفراغ التي كانت تعيش إما على الأموال الموروثة وإما على عمل الآخرين. وأكثر من هذا، بدأت بعض الطبقات تسعى وراء أغراضها ومنافعها الخاصة بدلا من أن تسعى وراء أغراض ومنافع الجماعة ككل متحملة نصيبها من العمل الضروري للجماعة بطريقة تعاونية وعن طريق تقسيم العمل.

وهنا شذ الجنس البشري عن الطبيعة. إن تاريخ الطبقات تاريخ الصراع أيضا، إن الإنسان قد برح من باله المثل الأعلى في خدمة الجماعة. وخدم- بدلا منها- غرائزه البدائية- غير المنظمة لحفظ الذات وتأكيد الذات- وكان ذلك جهالة من الإنسان لأن حفظ الذات تستفيد- في المدى البعيد- من خدمة الصالح العام- ولم يراع الأفراد هذه الحقيقة. وما لم يتعلم الأفراد هذه الحقيقة فسيظل الصراع قائما في داخل الأمة الواحدة وبين الأمم بعضها ضد بعض.

تأخذ قوة الطبقة الحاكمة في الاضمحلال عندما تستقر الجماعة وتصبح غنية. ولما كان الرجال الأقوياء في الحرب يستحوذون على كل شرف، وعلى كل مركز من المراكز الرئيسية إلا أن الذين يستطيعون أن يغتنوا أكثر من غيرهم، يحصلون على السلطات كذلك فإذا كانت تعوزهم قوة السواعد فهم يستطيعون أن يشتروا بأموالهم السواعد التي تأتمر

بأمرهم. وهكذا تكررت في التاريخ قصة الصراع بين الرجل القوي وبين العائلات التي اغتنت بفضل غزوات الماضي أو بفضل المهارة في التجارة.

إن غريزة حفظ الذات التي وحدت بين العائلات للأمن المشترك انحرفت في كثير من مراحل التاريخ عن غرضها المفيد فحاربت الأمم بعضها البعض بسبب جشعها أو بسبب زهوها وفي داخل الأمة الواحدة نفسها بغت الطبقات بعضها على بعض، وقبلت نظام الاسترقاق باعتباره نظاما طبيعيا.

واليوم أضحى نظام الاسترقاق نظاما مكروها منا جميعاً مع أنه لم يمض قرن من الزمان على إلغائه في بقاع واسعة من العالم، لا في أمريكا وحدها وإنما في الهند البريطانية وفي الإمبراطورية الفرنسية وفي البرازيل، ولنأمل أن يكون قد قضى عليه إلى الأبد، وألا تأتي على الإنسانية عصور مظلمة تفسح المجال لظهوره مرة أخرى.

إلا أننا يجب أن نرى إلى حد من الحرية يستطيع الجنس البشري أن يطمح إليه. لا يمكن لواحد منا أن يكون حراً بمعنى الكلمة، يجد الإنسان نفسه كلما كبر مقيداً أكثر وأكثر. مقيداً بواجباته والتزاماته، ملزماً بتكييف إرادته الخاصة، برغباته الذاتية لصالح الآخرين. والشعور بالمسئولية المعقولة علامة على النضج. وعلامة النضج الاجتماعي هو أن يتجاوز الشعور بالمسئولية نطاق الروابط الشخصية إلى الروابط الإنسانية؛ ولكن هذا الوقت لم يحن بعد، ويحتمل أن يأتي عندما يتحقق

الإنسان من ضرورة فهم وضبط تأثير غريزة حفظ الذات لأنها إذا كانت حافزاً له للقيام بأعمال باهرة فهي تعمل على هلاكه إذا لم يضبطها.

ولم يعد الاسترقاق اليوم نظاما اجتماعياً في العالم، والناس يولدون أحراراً نظريا على الأقل، أما في الواقع فليسوا أحراراً إلى الحد الذي يرغبون. فالبعض يحصل على نفوذ عن طريق الثروة ويستطيع التأثير في الأحداث أكثر مما يستطيع غيره، مع أنه قد تكون وسائلهم للحصول على الثروة ومؤهلاتهم الشخصية التي يسرت لهم الحصول عليها، ليست هي بالضرورة خير المؤهلات لممارسة مثل هذا النفوذ إذا كان الأفراد في جماعة "عبيد" بعضهم البعض بمعنى أنهم يفكرون في صالح الآخرين أكثر مما يفكرون في صالحهم الشخصي، فمثل هذه الجماعة هي الدولة المثلى. ولكن عندما تملك طبقة من الناس أجسام غيرها من الطبقات ولو بطريق غير مباشر، وحاولت أن تملك العقول أيضاً تخيل عندئذ مبادئ الانسجام والتوازن والتعاون التي تخضع لها الطبيعة والكون. ويتبع ذلك الصراع ولا شيء غير الصراع.

المثل المتغيرة

كانت التغيرات التي تطرأ على تركيب المجتمع بطيئة وتدريجية حتى مائة وخمسين سنة خلت. فكل مجتمع من المجتمعات الإنسانية كان يخضع لعمليات تغير بطيئة، مبتدئة بطبقة المحاربين، ثم بطبقة النبلاء الوارثين، ثم طبقة النبلاء من أصحاب النفوذ المالي ثم الفلاحين المستأجرين، والتجار ثم الأجراء الزراعيين والعمال.

ولم يكن التقسيم الطبقي منافياً للطبيعة أو غير مفيد في الظروف التي كانت موجودة وقتئذ. فإذا كانت الحاجة ماسة إلى الأمن العسكري لم يكن بد من أن يعطي المحارب المكان الأول. وإذا كان الهدف هو الرفاهية المادية حصل من يحقق ذلك الهدف على الشرف والسلطان. وأدى النظام الإقطاعي الغرض منه عندما كانت الأمية والجهل متفشين طالما كان ملاك الأراضي يعنون بمن كانوا في خدمتهم ويعنون بأمرهم.

إلا أن عقول الناس كانت متفتحة للتعليم والمعرفة ومتفتحة لفكرة الحرية السياسية التي تعني الأفراد متساويين أمام القانون. وفي نفس الوقت كانت الظروف المادية تتغير تغيراً سريعاً، منذ أن بدأت حركة التصنيع على الأقل داعية لنمو أفكار أخرى اعتقد كثير من الناس أنها أفكار رجعية.

إذا كان علينا أن نعتقد أن الحضارة الآلية تمثل تقدماً حقيقياً من وجهة النظر الأخلاقية؛ علينا أن نتذكر كذلك أن كثيراً من قيم حضارتنا الراهنة تافهة. فمع أنه كانت ترتكب باسم المسيحية كثير من المظالم والمتناقضات في العصور الوسطى إلا أنها نجحت في غرس فكرة واقع أسمى في الحياة من مجرد الكسب في عقول الناس؛ فقد كان للمنظمات الصناعية والتجارية في العصور الوسطى قواعد صارمة تحظر من صنع مصنوعات رديئة، أو بيع بضائع منحطة. ولما أخذ الشك الديني يستشري تخلي الناس عن تلك المثل العليا.

يستطيع الأفراد ذوو الفهم، والقوة الأخلاقية أن يستغنوا عن المعتقدات الطائفية وقواعد السلوك التحكمية وأن يسلكوا بدونها– سلوكا حسنا على نحو ما أدرك أفلاطون. بينما يميل الضعاف من الأفراد إلى أن يعيشوا وفق غرائزهم بدون اعتبار للآخرين وذلك عندما يتزعزع إيمانهم. وهكذا نجد أن المبدأ العظيم القائل بأن الصناعة الرديئة تنطوي على إخلال بالشرف أخذ يفقد سيطرته على عقول الناس.

وقد كان من سوء حظ العالم الغربي أنه في الوقت الذي أخذت فيه أفكار الحرية والمساواة تسيطر على عقول الناس، أخذت فيه فكرة المسئولية في الأنهار. وعلى أثر اختراع الآلات الجديدة أسرع الناس في استغلالها– وكان هدف هؤلاء الأول هو كسب المال والحصول على السلطان دون اعتبار كلية لأية قيمة حقيقية ودون اعتبار للمسئولية التي يحتمها المال والسلطان.

إن في مجتمع مثالي حيث يكون هدف كل عضو هو العمل لخير الجميع سواء منهم ذلك بمعنى خدمة قوة سامية أو بمعنى الصالح العام، تفيد المخترعات الجديدة في تحسين الحياة للناس. فهي تتيح للفرد مزيداً من وقت الفراغ، وتمنحه الفرصة للنماء في اتجاهات ليست قاصرة على وحدة العمل. وهي توفر السلع للناس بحيث لا يفتقدها أحد، بل وقد توفر السلع الكمالية وتجعلها في متناول الجميع.

في مثل هذا الحلم بالمدينة الفاضلة نعود أدراجنا إلى الواقع كما نراه حولنا. لقد تعلم الإنسان في بدء تاريخه أن الأمن والراحة يتوافران

في الحياة المنظمة، أكثر مما يتوافران في الحياة التي تسودها الفوضى. ولكن الإنسان فشل في أن يتعلم الدرس التالي من دروس الطبيعة أن الكائن سواء أكان كائناً حياً أم اجتماعياً يستطيع أن يعيش صحيحاً نافعاً طالما كانت خلاياه تعيش وفقاً للمعونة المتبادلة.

توصل الإنسان إلى الآلة في الوقت الذي انهارت فيه مبادئ العصور الوسطى الأخلاقية. حدث هذا في أوربا على الأقل وعندما أخرج الناس ما يرتبط بالدين من خرافات. طرحوا معها الحقائق التي يقوم عليها الدين كما كتب الفريد نويز Alfred Noyes لم يلقوا بماء الحمام القذر فقط ولكنهم ألقوا بالطفل أيضاً.

فالطاقة التي انبعثت أولا من البخار وأخيراً من الكهرباء كانت القوة المحركة وراء المصانع التي برزت على ظهر الأرض في سرعة، أولا في بريطانيا، لأن سكانها موهوبون في الاختراع، ثم في العالم أجمع. وحفرت المناجم للحصول على الفحم اللازم لتوليد الطاقة. وشغل الأطفال والنساء في المصانع والمناجم لأنهم يعملون بأجر أقل من أجر الرجال. وقد تمت تلك العملية في سرعة بحيث لم يكن المجتمع مستعداً لمواجهتها.

ولقد وجد الفلاحون الفقراء الفرصة سانحة لزيادة دخل الأسرة بإرسال أطفالهم للعمل في المناجم والمصانع، واستغل أصحاب الأعمال الذين يهتمون بالربح قبل كل شيء، استغلوا العمل الرخيص لمضاعفة ربحهم. وفجأة أصبحت المواصلات بفضل الطاقة الجديدة سريعة

ورخيصة. وأصبح في الإمكان مضاعفة التجارة العالمية بفضل السكك الحديدية المتزايدة. وبفضل شبكة المواصلات البحرية وذهبت البضائع الانجليزية إلى كل مكان على ظهر الأرض. وفي نفس الوقت استوردت المواد الغذائية التي ينتجها الفلاحون في الخارج. وأدى هذا إلى اضمحلال الريف تدريجياً مما جعل سكان الريف يندفعون إلى المدن وإلى العمل الآلي ليحصلوا على رزقهم. وهكذا استطاع قلة من الناس أن يكونوا ثروات ضخمة بينما كانت الكتل العاملة تعيش على الكفاف.

ولم يقل أحد أن الرأسماليين وأصحاب الأعمال في بداية القرن الماضي تآمروا لاستغلال غيرهم من البشر ولكن متى خفض أحد المنتجين تكاليف إنتاجه باستخدام الأيدي العاملة الرخيصة أو بإنتاج البضائع الرديئة. متى فعل أحدهم ذلك اضطر غيره– تحت ضغط الحقائق– إلى تقليده– والحقيقة أن كثيراً من الشرور والمظالم التي تراها حولنا لم تقع بتدبير آثم من أحد، ولكنها وقعت نتيجة سلسلة من الظروف التي يمكن تحاشيها لو عمل الناس متعاونين لتجنبها.

ومن البديهي أن الضمير العام استيقظ في انجلترا. وعمل كتاب عظام مثل ديكنز[٧] Dickens ومصلحون مثل شافتسبري

---

٧) ديكنز (١٨١٢– ١٨٧٠). أشهر روائي انجليزي في القرن التاسع عشر صور مظاهر البؤس والحرمان في روايات خالدة منها: دافيد كوبرفيلد، أوليفرتويست وستربكويك، وقصة المدينتين.

Shaftesbury[٨] على اطلاع الناس على البؤس الذي كان يعيش فيه ملايين الناس. وبعد قلاقل واضطرابات صدرت القوانين التي نظمت ساعات وظرف العمل، وحظرت تشغيل النساء في المناجم وصغار الأطفال في المصانع.

ولا يهمنا تلك الحقائق التاريخية في ذاتها بقدر ما تساعدنا على معرفة الشرور التي وقعت بسبب عدم ضبط غرائز الإنسان الفطرية مثل غريزة حفظ الذات، وغريزة العدوان التي يجب ضبطها في المجتمع إذا كان علينا أن نحافظ على الحضارة.

صراع الطبقات

كانت النظم الاجتماعية في الماضي تقوم على أساس مبدأ المكافأة في مقابل الخدمة فكان الفلاحون يؤدون الجزية لأسيادهم سلعاً أو خدمة. وكان الأسياد– بدورهم– يؤدون ما عليهم للملوك على نحو مماثل. وقد أدت تلك النظم دورها بشكل عام في الظروف التي كانت سائدة وقتئذ. وننفر نحن من مثل تلك النظم التي تنافي تصورنا للحرية السياسية. ومع ذلك فلدينا مشاكلنا الاجتماعية وهي مشاكل معقدة ويرتبط بعضها بالبعض الآخر لأن نهجنا في التفكير مبني على الذات لا على الجماعة.

---

٨) شافتسبري (١٨٠١– ١٨٨٥) نبيل انجليزي اشتهر بالعطف على الطبقات العاملة الفقيرة فكان نصيراً لها في البرلمان، وكان له الفضل في إصدار طائفة من التشريعات في صالح العمال.

لقد كان حفظ الذات لا حفظ الجماعة هو الذي دفع بالتطور الصناعي إلى الأمام في سرعة كبيرة. وكان ذلك التطور خيراً في ذاته. ولكنه جاء بسلسلة من الشرور ونظام العمل. وقد كان كارل ماركس[٩] Karl Marks يحذق ردود الفعل الغريزية من جانب الطبيعة الإنسانية عندما تنبأ بالوقت الذي تشعر فيه كتل العمال (البروليتاريا) التي أوجدتها الصناعة بقوتها السياسية الكامنة وتستولي على السلطة بالقوة والعنف. ولكن الظلم هو دائما ظلم. والشر هو دائما شر أياً كان مقترفة. ونحن نرى في العالم اليوم كثيراً من الشرور والمظالم يقترفها طوائف من الناس بعضها ضد بعض لأن الإنسان لم يدرك تلك الحقيقة.

إذا أجريت التجارة والصناعة في المستقبل لا لربح طبقة ما، ولكن لخير الأمة ككل لاقتربنا من تحقيق الرفاهية والسلام لأنفسنا. ليس ثمت غير طريق واحد إلا الانسجام والصحة كما تعلمنا الطبيعة– هو طريق التوازن والتعاون. فطالما كانت هناك قلائل اجتماعية في طبقة من طبقات المجتمع، وطالما كانت مصالح الجميع مهددة. لن يفيد أحد من إقامة نظام على المظالم ما دام النقص في التوازن في الحياة الاجتماعية سيحاول تكييف نفسه. وكلما زاد التنافر كلما زاد عنف القلاقل المصاحبة لعملية التكيف.

---

٩) كارل ماركس. وضع في كتابه "رأس المال" الأساسي الاقتصادي للمذهب الشيوعي– اشترك في عدة ثورات فاشلة في فرنسا وألمانيا.

لا شك أن الصراع من الأميبا الأولى إلى الحياة الإنسانية كان صراعاً طويلا وشاقاً منطوياً على كثير من المتاعب وعلى بذل مجهود متواصل. ولا شك أيضاً أن الصراع من المجتمع الذي كان يقوم على مبدأ البقاء للأصلح إلى المجتمع الذي يقوم على العون المتبادل كان طويلا وشاقا منطوياً على كثير من المتاعب وعلى بذل مجهود متواصل. ولكننا على يقين من أننا تركنا القوى الفطرية العمياء تعمل عملها زمناً طويلا وأطول مما ينبغي. فيجب أن نشرع منذ الآن في ضبطها في حياتنا الخاصة وحياتنا الاجتماعية. ويجب أن نعمل لتحقيق هذا الهدف باعتبارنا مواطنين في مجتمعنا.

الحرب

الحرب جزء من طفولة الإنسانية كما أن حب التخريب جزء من طفولة الإنسان؛ فالطفل الذي يمزق لعبته يعبر عن الدافع إلى تأكيد الذات الذي كان ضرورياً لبقاء الحياة البدائية، ولابد من تعليمه كيف يضبط هذا الدافع وإلا أصبح معادياً للمجتمع في المستقبل. ويلوح أن المجموع يتأخر في نموه بالنسبة لنمو الأفراد منفردين. ففي الوقت الذي يحرم فيه القتل الفرد ولا يقع إلا في حالات محدودة نجد أن القتل الجمعي لا يزال موجوداً وعلى نطاق متزايد.

ومع أن القتل الفردي نادر الوقوع إلا أنه يجب أن نعلم أن الدوافع التي تؤدي إلى القتل مشتركة بيننا جميعا، والقليل منا– في الغالب– من لم يحس بدافع إلى القتل تحت ضغط انفعال عنيف. وأن لو تربيتنا

الأخلاقية لا تبيح لنا أن نفطن إلى أن الدافع على هذا النحو، ونادراً ما نتحقق منه عندما يجيء وإلا خجلنا من أنفسنا خجلا شديداً، ولكن الدافع إلى القضاء على من يؤذينا دافع كامن فينا جميعاً مهما حاولنا في كبته أو الاعتراف به بيننا وبين أنفسنا فقط.

ولم نصل جماعياً إلى هذه الدرجة من القدرة على الضبط، وقد يعزى هذا إلى أن ضمير الجماعات يكون في مستوى أكثر الأفراد البدائيين الذين تتألف منهم الجماعة. وأكثر من هذا عندما نطرح عنا الضبط باتفاق عام يستجيب أكثر الأفراد ثقافة استجاب قوية لغرائز العدوان التي كانوا قد كتبوها من قبل. وهذا يفسر سرعة تحول الشخص الوديع إلى شخص محب للقتال عندما تقع الواقعة.

وإننا جميعاً من الناحية العقلية ضد الحرب؛ فهي كريهة مخجلة تجر معها الوحشية البغيضة والعذاب الممض.

ونحن نعرف الآن أنها لا تحل أية مشكلة، وتسبب البؤس والشقاء للمنتصرين والمهزومين على السواء، وتخلق الكثير من المشكلات هذا من الناحية العقلية؛ أما من الناحية النفسية، فلسنا جميعاً ضد الحرب ولسنا جميعاً نريدها ألا تقع.

إن الأسباب الصريحة لنشوب الحروب هي عدم التفاهم بين الشعوب والصراع بينها، وهي أسباب يمكن علاجها. أما الأسباب غير الصريحة فهي كامنة فينا، ترجع إلى الصراع الداخلي الذي لم نتدرب

على التغلب عليه ونجد متنفساً له في أعمال العنف والكراهية التي تجيء عادة مع الحروب. ولا يمكن علاج هذه الأسباب إلا بتغيير قلوب الأفراد جميعا، ويمكن أن نطلق على هذه الطائفة من الأسباب "تأخر نضج الجنس البشري".

فقدان التفاهم والصراع بين الشعوب

بدأت كل أمة تاريخها بداية بسيطة وكافحت كفاحاً طويلا شاقاً لتصل إلى ما وصلت إليه. ولكل شعب أو مجموعة شعوب لغته وتقاليده وقد يكون له ذكريات مريرة من تاريخه القديم عندما كان يعاني من اضطهاد شعوب أخرى له.

والحواجز اللغوية قائمة معترف بوجودها، وننسى أحياناً المشاكل التي تثيرها وتمنع تلك الحواجز من فهم أفكار ووجهات نظر الشعوب الأخرى حتى الشعوب المتجاورة اللهم إلا بالنسبة لقلقة ممتازة في كل بلد! والنتيجة أن العادات الاجتماعية تختلف جد الاختلاف من شعب لآخر. ولا يعني هذا أن الطبيعة البشرية مختلفة؛ فالإنسان أيا كان وطنه وجنسه له نفس الدوافع ونفس الحاجات. ولكن كما يختلف أفراد العائلة الواحدة كأن يكون لكل طريقته الخاصة وحتى نكاته الخاصة التي يراها غيره لا معنى لها؛ كذلك نجد أن لكل أمة عاداتها وتقاليدها التي تبدو غريبة لأفراد الأمم الأخرى.

ولكن مع أننا مزودون بغريزة البحث عن المعرفة التي دفعت الناس إلى قيام برحلات استكشاف في جميع بقاع العالم، إلا أنه يكمن في أعماق كل منا خوف من المجهول وتوجس منه، وهذا يفسر نظرتنا إلى الغرباء التي يشوبها الشك والتوجس أو تلك هي- على الأقل- نظرة الجهلة من الناس الذين لم يغادروا أوطانهم قط. ولا نجد تلك النظرة منتشرة بين الشعوب الأوربية التي لا تفصل بينها الحدود الطبيعية، ولكن تلك النظرة شائعة بيننا معشر الانجليز بحكم عزلتنا الطبيعية عن جيراننا حتى في العصر الحديث.

ولكن الشعوب وجدت نفسها فجأة على اتصال وثيق بعضها ببعض. ولو استطعنا أن نتغلب على الأزمة الاقتصادية التي سببتها الحرب وحققنا لشعبنا حياة أفضل، لنأمل أن يعني هذا أن نسنح الفرصة للكثيرين إلى السفر أنحاء العالم والاجتماع بالشعوب الأخرى، فقد جعلت المواصلات الحديثة السريعة من العالم عالماً صغيراً على نحو سريع لم يتيسر للناس معه إدراك هذه الحقيقة، فلا تزال الكراهية والشكوك القديمة التي كانت نتيجة طبيعية للعزلة التي فرضت على الناس لصعوبة الاتصال بين شعوب العالم.

ولا تزال ذكريات الصراع القديم عالقة بذاكرة الشعوب، فالشعوب الأوربية لا تزال متمكنة منها الكراهية والرغبة في الانتقام بسبب الحروب التي نشبت بينها على الحدود، مع أنها قد أفادت بعض الشيء نتيجة من اتحادها من وقت لآخر. فالصرب والكروات، وألمان السوديت

والتشيك، والإيطاليون واليوغسلافيون والألمان والفرنسيون، كل هؤلاء قاسوا الأمرين على أيدي بعضهم البعض في الماضي، وترك الصراع القديم بينهم مرارة في نفوسهم قد تولد صراعا جديدا.

في الفرد تقول أن نموه العاطفي تأثر من إصابة مبكرة، أعني أنه عانى من تجربة قاسية في طفولته أوقفت نموه الطبيعي ويصدق هذا القول على الأمة.

فلنأخذ على سبيل المثال موقف الايرلنديين من الانجليز؛ فمن الغباء أن يكره الايرلنديين رجل الشارع الانجليزي وهو بريء من مذابح كرومويل[١٠] Gromwell وقتل زعماء تمرد عيد الفصح، فهذه الكراهية كان مبعثها المظالم التي ارتكبها الانجليز في الماضي ضد الايرلنديين: ولا شأن للانجليز الآن بها.

ومن الغباء أيضاً أن يتمسك الانجليز بكراهية الفرنسي مع أنه قد لا يكون قد رأى فرنسياً أو قرأ شيئاً من الأدب الفرنسي، لأن فرنسا حاربت انجلترا عدة مرات. وليس هذا التحامل بين الشعوب سخيفاً وحسب، ولكنه خطر لأنه قد يولد كراهية جديدة وحروباً جديدة. فسوء التفاهم بين الشعوب وجهلها لعادات بعضها البعض، والكراهية والشكوك المتبادلة بينها، كل هذا هي العوامل الأساسية التي تساعد على احتمال نشوب الحرب.

---

١٠) كروميل. قائد الجيش الحديدي الذي أسقط شارل الأول وأعدمه وأقام جمهورية في انجلترا كان هو رئيسها. وسقطت الجمهورية بموته.

بسبب سوء الفهم من السهل أن ينشب الصراع بين الأمم، فليس ثمت ترابط وثيق بين الشعوب نتيجة أن كل منهما سارت في اتجاه مغاير لاتجاه الشعوب الأخرى، مع أنها بدأت من نقطة واحدة، ومرت بمراحل متشابهة. وعندما تكون الشعوب في المرحلة البدائية فإنها تطيع غرائز المحافظة على الذات وتستولي على الأراضي والثروات التي تطمع فيها. وتفعل هذا في علانية وفي غير خجل ممجدة أعمال هذه الغريزة مطلقة عليها أسماء براقة. ولا تزال الشعوب تفعل هذا إلى اليوم وإن كانت تخفي الأسباب الحقيقية وراء أسباب مصطنعة لأنها تدرك أنها لا يحق لها أن تسلك هذا المسلك.

إن التنازع بين الشعوب للحصول على أراضي جديدة. والضغط الناتج عن زيادة السكان وزيادة تتجاوز مصادر الثروة في بلادها، وحاجة الصناعة الحديثة إلى الزيت والبترول. هذه العوامل التي تسبب النزاع بين الشعوب وتنتهي بالحرب في التربة التي أعدها سوء التفاهم.

منذ ثلاثة قرون كان الشعب الذي يطمع في ثروة شعب آخر يرسل إليه حملة استعمارية صريحة إذا كان يملك القوة الكافية لإرسالها واليوم صحا ضمير العالم المتحضر صحوة كافية أن يحدث مثل هذا المسلك ضجة. ولذلك تحدث الأمور من هذا القبيل بطريقة مخالفة. طريقة الجدل الدبلوماسي، فأصبحت الحكومات تعمل على الضغط على غيرها بطرق خفية. ولكن إذا اشتد الصراع الخفي هدد الموقف بالانفجار في أية لحظة في صورة حرب.

وإن كان الصراع بين المصالح الوطنية لم يكن دائما نتيجة قصد سيئ من جانب الدول أو من جانب حكامها، والذي يحدث عادة، خاصة في السنين الأخيرة أن تتضافر مجموعة من الظروف، التي لم يحرص أحد على التغلب عليها، فتؤدي إلى هذه النتيجة غير المرغوب فيها.

إن رجل الشارع العادي لا يريد الحرب، ولكن المصالح الصناعية الحريصة على تأمين الأسواق أو استغلال مصادر المواد الخام، والساسة المخلصين رغبة منهم في تأمين رفاهية بالدهم. تجبر الظروف هؤلاء في التصرف على نحو يقضي بالضرورة إلى الحرب.

فجاجة الشعوب

وهكذا نجد كما أن الاضطراب يحدث داخل الأمة لأن سكانها لم يتعلموا كيف يعيشون باعتبارهم جماعة لا باعتبارهم أفراد سيتحاربون للمحافظة على أنفسهم، كذلك يحدث الاضطراب بين الشعوب لأنها لم تتعلم مثل هذا الدرس، ولن تتعلم الشعوب هذا الدرس ما لم يتعلمه الأفراد أولا.

إن تأثير غريزة حفظ الذات التي لم تضبط تؤدي بالأفراد إلى طلب الكسب الشخصي والطائفي لا طلب الصالح العام. وتأثير غريزة حفظ الذات التي لم تضبط تغري بالشعوب إلى طلب الكسب الوطني لا طلب صالح العلم. ولكن إذا مرض عضو إلى الجسم تأثرت سائر الأعضاء،

فإذا مرض الجسم لم يفلت العقل من الضرر. وإذا مرض العقل لم ينج الجسم من الأذى. متى يصبح الجنس البشري قادراً على إدراك التطبيق العملي الكامل لهذه الحقائق الأساسية؟

إن علة الناس اليوم هي عدم نضجهم العاطفي فهم يفسدون حياتهم وحياة من يتصل بهم لأنهم لم يتعلموا كيف يضبطون الغريزة الفطرية بإدراكهم كيف تعمل عقولهم ودوافعهم. وأكثر الناس هم عبيد ما حدث لهم أيام طفولتهم فلم ينموا ملكة نقد النفس وامتحانها التي تمكنهم ليكيفوا نموهم في المستقبل ليعيدوا التوازن الذي اختل بسبب تجارب الطفولة.

إن علة الحياة الوطنية هي نفس علة الناس وإنما على نطاق واسع، وإن علة العالم في المجال الدولي هي نفس العلة، وقد أدت إلى نتيجتها النهائية المدمرة.

ولن ينضج العالم عاطفيا إلا بعد أن تنضج الأمم عاطفياً، ولن تنضج الأمم إلا بعد أن ينضج الأفراد. ولن ينضج الأفراد قبل أن يتحققوا الحاجة إلى ذلك بإرادتهم.

ما تستطيع أن تفعله

قد يكون من الواضح الآن لماذا كان من الأهمية أسئلة "تقويمك الشخصي" لذاتك وإجاباتك عليها وعزمك على العمل بمقتضى النتائج

المترتبة عليها، في أنها تتجاوز نفعها المباشر في حياتك الشخصي والعملية.

فلقد أصبحت المشكلة الكبرى أكثر إلحاحاً الآن لأن القوة المنبعثة من تفتيت الذرة التي تستخدم في الأغراض السلمية والحربية على السواء، هذه القوة تعد تهديداً لبقاء الجنس البشري، فإما أن ينمو الجنس البشري أو يفنى.

فالطاقة الذرية يمكن أن تنمى إلى حد لا تشعر معه بالقلق لرفاهية الإنسان في المستقبل. فقد تستخدم لإنقاص العمل اليومي فتتيح لكل فرد مزيداً من وقت الفراغ يستطيع أن ينمى فيه سائر قواه البدنية والعقلية والروحية. ولكن الطاقة الذرة قد تستخدم كما نعلم- في صنع الأسلحة التي تقضي على كل مظهر من مظاهر الحياة.

إن هناك الكثير من مظاهر حضارتنا لا تستحق أن تبقى، ومن جهة أخرى ففيها كل مظهر من مظاهر تقدم الجنس البشري. هل يجب القضاء عليها جميعا وتبدأ الحياة من جديد إذا أعطيت الفرصة؟ هل تضيع ملايين السنين منذ الأميبيا الأولى هباء؟

إن خطر الحرب اليوم أكثر مما كانت عليه من قبل، ففي الوقت الذي يرجو فيه المفكرون أن تتعلم الإنسانية كيف تخطو خطوات إلى تمام النضج؟ برزت في طريقنا علامة الاستفهام الكبيرة هذه، فالأشياء

التي لم يجرؤ من يعنون بأمر الإنسانية أن يتمنوا الحصول عليها في زمن طويل جداً يجب الحصول عليه بسرعة وإلا!؟

نحن مطالبون بالقيام بتكيف سريع في طرق تفكيرنا ومعيشتنا. نحن مطالبون بتحمل المسئولية التي لم تستعد لتحملها بعد. لا يضع أحد سلاحاً مميتاً في يد طفل. ولكن الإنسانية وهي لا تزال طفلة قد أعطيت الوسيلة التي قد تهلك بها نفسها. ولحسن الحظ أننا نستطيع أن نصنع شيئاً سواء كان لا نزال أطفالا أم لا. وكل فرد يفكر أن يطبق معرفة النفس في حياته الشخصية يساهم في تسيير شئون الإنسانية الهامة. إن طبيعة الشيء الكبير تتوقف على طبيعة الأشياء الصغيرة التي تتألف منها وكل تقدم وتحسن في معرفة النفس وضبط النفس في الإفراد يتبعها تقدم وتحسن في معرفة النفس وضبط النفس للجماعات التي ينتمون إليها.

ومشاكلنا ومعضلاتنا اليوم هي كذلك وإنما على نطاق واسع مما يدعو الرجال والنساء إلى اليأس. وفي الوقت الذي يكثر فيه الكلام عن الديموقراطية يقل فيه اهتمام الأفراد بما يدور في العالم. وقد يكون ذلك كذلك على نحو مباشر وعلى نحو عملي. ولكن في نهاية الأمر يساهم كل منا مساهمة فعالة لا في الحاضر ولكن في المستقبل أيضاً إذ تعلمنا كيف نضبط طبيعتنا. فإذا كانت الأمة تتألف من الأفراد، ودرب كل فرد، أو درب هو نفسه بفهم نفسه السيطرة على نفسه عندئذ هانت المشاكل الكبرى.

إن فهم الفرد لنفسه وأن يضبط غرائزه الفطرية التي تعمل فينا عملها بطرق لا نشك فيها، يعد هذا منه خطوة كبيرة إلى كونه مواطنا صالحاً. وعندما تنقل إلى أطفالنا نفس الفهم ونفس القدرة على الضبط نكون قد ساهمنا مساهمة فعالة لإعداد المواطن الصالح في المستقبل. ولعل هذه المحاولة منا هي أجل خدمة عملية نستطيع أن نؤديها لاستقرار ورفاهية وطننا وعالمنا في المستقبل.

الفهرس